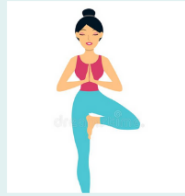


ਘਰ ਦੀ ਕਸਰਤ

ਮੁਵਿੰਗ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਬਣਾਓ!

ਰੋਜ਼ਾਨਾ 30 ਮਿੰਟ ਲਈ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਦਾ
ਟੀਚਾ ਬਣਾਓ

ਯੋਗ



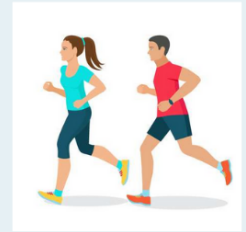
ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਜ਼ੂਮ 'ਤੇ
ਵਰਕਆਊਟ



ਗੁਆਂ. ਵਿਚ ਘੁੰਮਣਾ



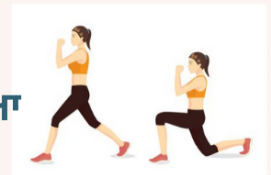
ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਜੋਗ



ਆਸਪਾਸ ਦੇ ਦੁਆਲੇ
ਸਾਈਕਲ



ਸਰੀਰ ਦਾ ਭਾਰ ਵਰਕਆ
.ਟ



ਜੁੰਬਾ

