GYM TIME

Ponte en forma en casa

Fuente: youtube y GymVirtual by Patry Jordan

Practicar deporte en casa puede ser muy divertido e igual de efectivo que hacerlo en el gimnasio.

Hoy os traemos un nuevo tonobaile para hacer ejercicio de cardio mientras hacemos esta fantástica coreografía con la canción AJENA de LU-NI

Rutina del día: Baile



 Vídeo: [Rutina](https://www.youtube.com/watch?v=5OjJUV4LBPY&list=PLReDUkUQG7xpPE0xmSgVR2QAtU4kCjNc0&index=37)