



RUTINA 5.

ACTÍVATE CON GAIUZSPORT

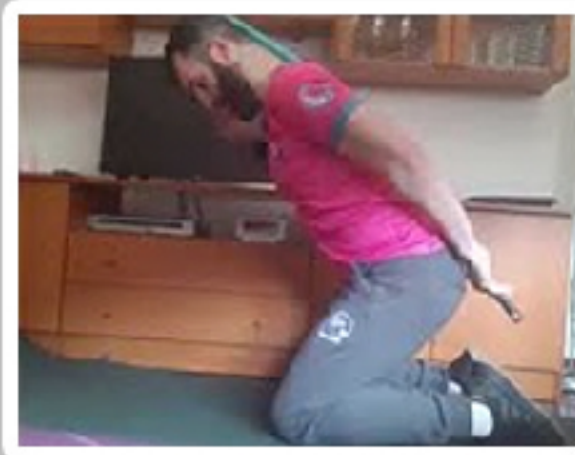
1

SUPERMAN SÓLO
PIERNAS



2

FLEXIÓN CADERA
EN COLCHONETA



3

FLEXIÓN RODILLA
EN COLCHONETA



#YoMeMuevoEnCasa