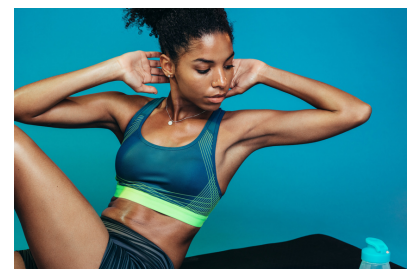


# RUTINA DIA 2 – RUTINA 6 EJERCICIOS

## 6 EJERCICIOS

- 1 Sentadillas
- 2 Jumping jacks
- 3 Sumo
- 4 Rodilla a codo
- 5 correr en el sitio
- 6 Abdomen



40 seg trabajo  
10 seg descanso