

RETO 30 DÍAS

todos somos atletas

1 100 sencillos	2 100 sencillos	3 100 sencillos	4 100 sencillos	5 100 sencillos
6 100 pies alternos	7 100 pies alternos	8 100 pies alternos	9 100 pies alternos	10 100 pies alternos
11 100 rodillas arriba	12 100 rodillas arriba	13 100 rodillas arriba	14 100 rodillas arriba	15 100 rodillas arriba
16 100 talones atrás	17 100 talones atrás	18 100 talones atrás	19 100 talones atrás	20 100 talones atrás
21 100 semi-apertura frontal	22 100 semi-apertura frontal	23 100 semi-apertura frontal	24 100 semi-apertura frontal	25 100 semi-apertura frontal
26 100 apertura lateral	27 100 apertura lateral	28 100 apertura lateral	29 100 apertura lateral	30 100 apertura lateral

100 SALTOS CADA DÍA

① MARCA  CADA DÍA QUE CUMPLAS

② DESAFÍA A TUS AMIGOS EN REDES #100SALTOS



@wiletics



@wiletics_

