

AGOSTO 2024

Recuerda que estamos en verano no olvides hidratarte bien,
 practica deporte a primera hora de la mañana o última de la tarde.
 Tu constancia siempre con la máxima seguridad.



SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
31	29	30	31	01	02	03	04
32	05	06	07	08	09	10	11
33	12	13	14	15	16	17	18
34	19	20	21	22	23	24	25
35	26	27	28	29	30	31	01

¡Transforma tu vida hoy!

Sé más fuerte que tus excusas.

Hoy es un buen día para entrenar.

Tu cuerpo es tu templo, cuídalo.