



Rutinas

Aqui podras visualizar todas las rutinas

Las rutinas estan catalogadas por el ID, si tu ID es el numero 5, tu rutina sera la numero 5, si deseas cambiar algo contacta a alguno de nuestros entrenadores



id	numRutina	nombreRutina	tipo	repeticiones
1	1	Rutina Intermedia	Avanzada	10 repeticiones
2	2	Rutina basica	Completa	5 repeticiones
3	3	Rutina inferior	solo pierna	4 repeticiones
4	4	Rutina intermedia	Completa	8 repeticiones
5	5	Rutina Intermedia	Completa	8 repeticiones