

ENTRENO AUMENTADO

GUÍA DE EJERCICIOS



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

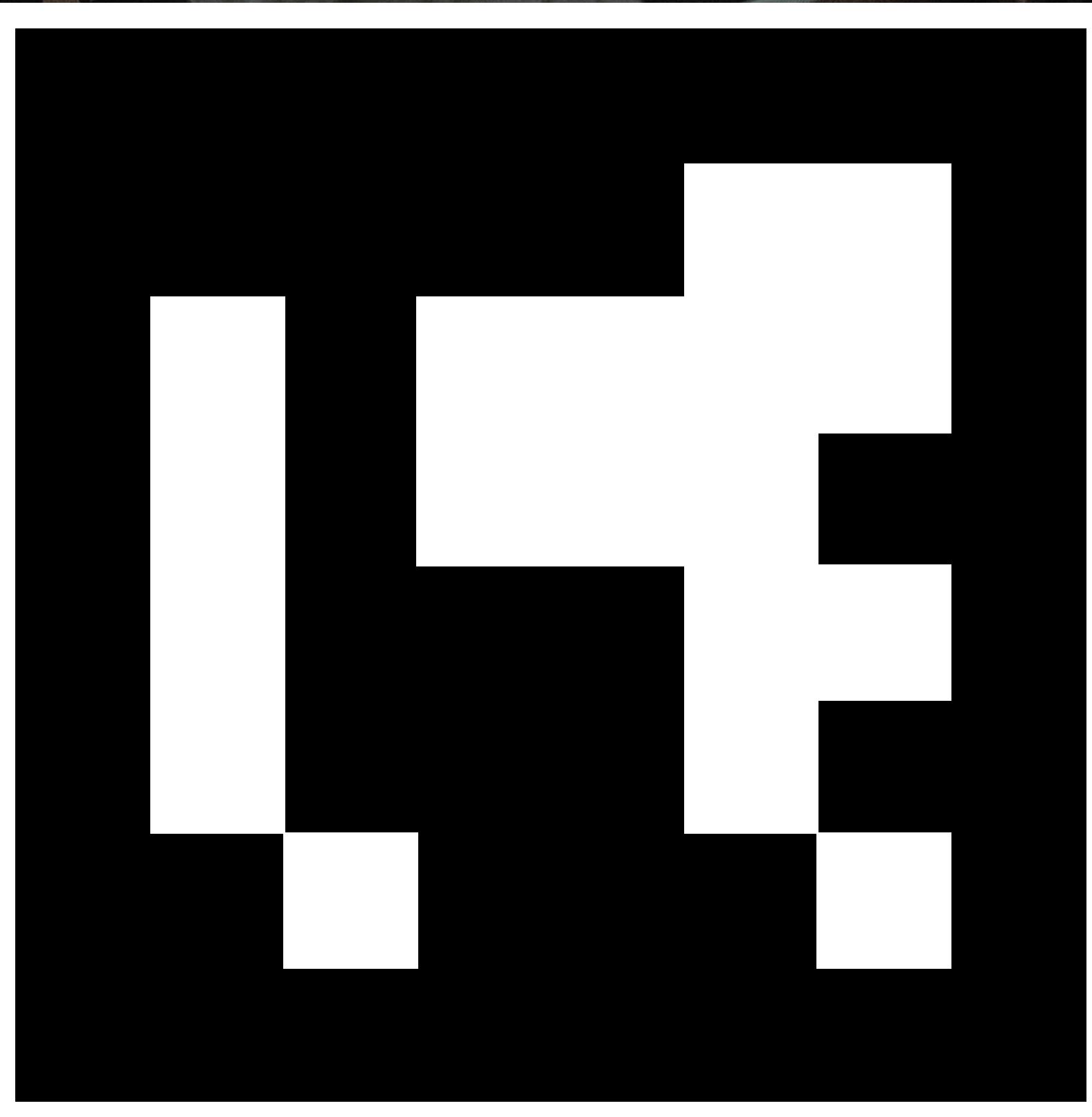




ENTRENO AUMENTADO

GUÍA DE EJERCICIOS

FLEXIONES



ARUCO
DICTIONARY: 6x6
MARKER ID: 1
MARKER SIZE: 100

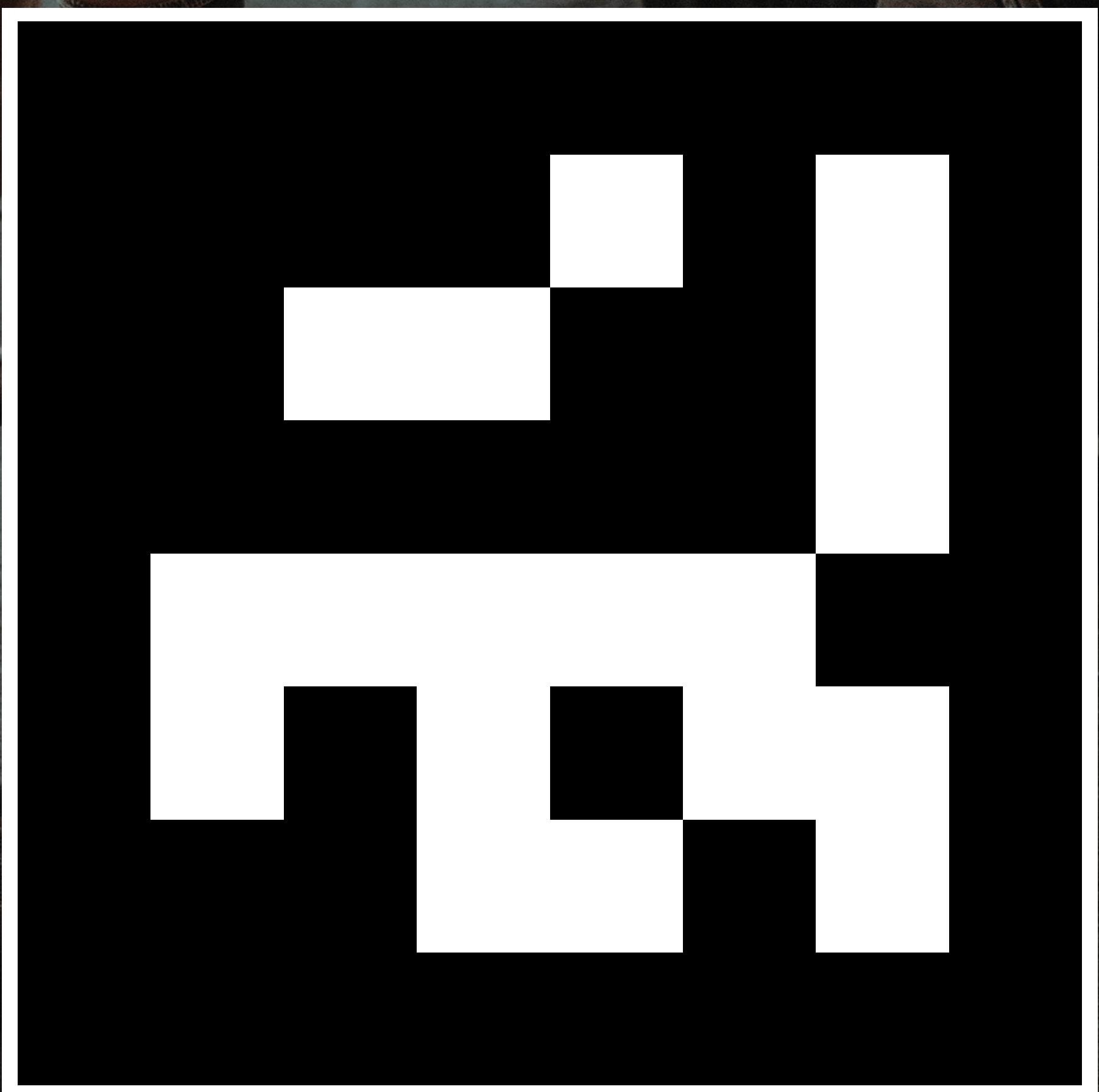


UNIVERSIDAD
DE GRANADA



ENTRENO AUMENTADO

GUÍA DE EJERCICIOS
GLÚTEOS



ARUCO
DICTIONARY: 6x6
MARKER ID: 2
MARKER SIZE: 100

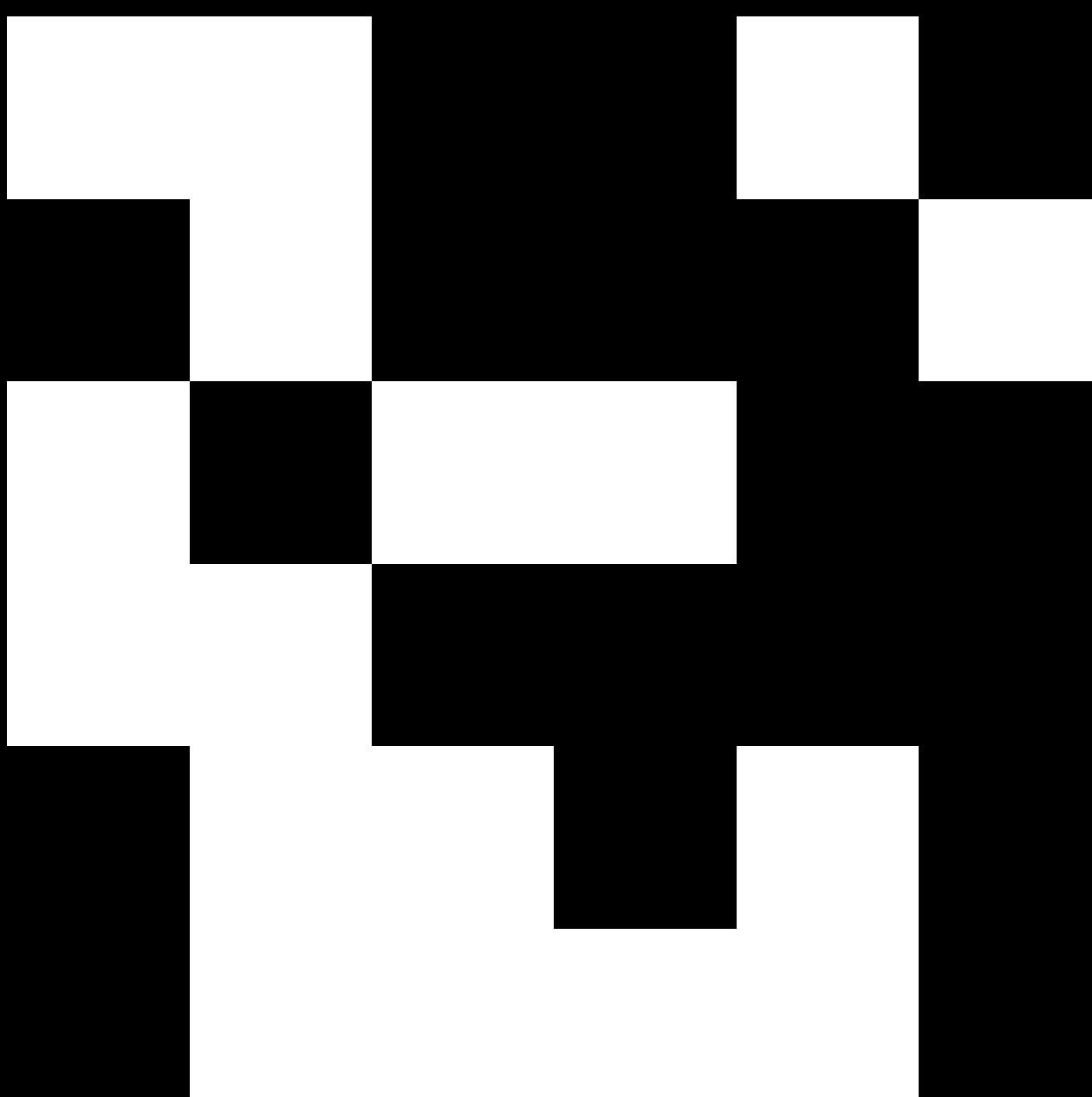


UNIVERSIDAD
DE GRANADA



ENTRENO AUMENTADO

GUÍA DE EJERCICIOS
PLANCHA



ARUCO
DICTIONARY: 6X6
MARKER ID: 3
MARKER SIZE: 100



UNIVERSIDAD
DE GRANADA

