



GUIA DE EJERCICIOS
ADULTOS MAYORES

Usuario

Contraseña

Crear cuenta

Login





Agregar Foto



Peso

(KG)

Edad

3

Empezar rutina



7:19

NOVEMBER 2020

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12

Día 1:

Ingresar rutina

Día 2:

Ingresar rutina

Día 3:

Ingresar rutina

Día 4:

Ingresar rutina

Ingresar rutina

