

El CEO amplia les classes virtuals

Amb la col·laboració de
LES MILLS



Fes clic
als enllaços



LES MILLS CLASSES COL·LECTIVES

Classes en anglès

LesMILLS

**BODYCOMBAT,
HIIT, DANSA...**

PLANET FITNESS AT HOME

Classes en francès

PLANET FITNESS
HOME

SAISON 2

Continua entrenant amb APLIFIT i la Regina Llorens



APLIFIT ofereix cycling i altres activitats esportives

1. Entra a www.cyclingathome.com o fes clic a l'enllaç de la imatge.
2. Crea un compte d'usuari amb el mot clau **promoencasa**.
3. Accedeix als continguts gratuïts durant dos mesos.

INTERVAL CARDIO

dilluns 12 h i dijous 17 h

BODY BALANCE

dilluns i divendres 17 h, dimecres 12 h

PILATES

dimarts 12 h

CORE

dimarts 17 h i dijous 12 h

FULL BODY

dimecres 17 h i divendres 12 h

Posa't en forma a les xarxes amb la REGINA LLORENS

Instagram compte [@onlineambtu](https://www.instagram.com/onlineambtu)



Youtube [canal Regina Llorens](https://www.youtube.com/canalReginaLlorens)

