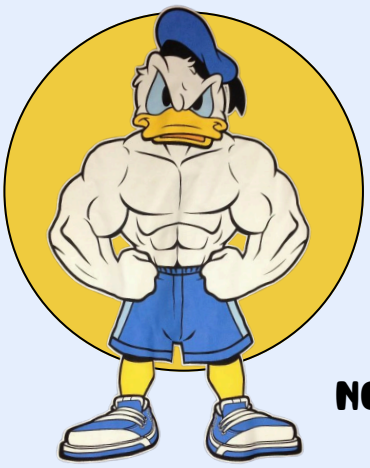

Plan de Entrenamiento

imprimeyorganiza.com

NOMBRE: _____ FECHA: _____

EJERCICIO	SERIES	REPETICIONES	TIEMPO