



ES IMPORTANTE EJERCITARNOS EN CUARENTENA

Te dejamos algunos datos de
clases en vivo gratuitas en
Instagram!



1-Youtopia.studio (Yoga, baile, cardio, funcional, pilates, boxeo)

2-Clubprovidencia

(acondicionamiento físico, yoga, pilates, zumba, zumba niños)

3- Yoga__woman (yoga todos los días)



4- Empoderatwerk (twerk aporte voluntario)

5-Gimnasioenergy (box, yoga, baile entretenido, fútbol)

6- Yogafit.cl (yoga intenso)



¡IMPORTANTE!

Recuerda:

- 1- Ingresar a tu instagram
- 2- Poner el nombre del instagram que quieres ver en el buscador (lupa)
- 3- Ir a las "historias" del instagram, seleccionar "en vivo"
- 4- Podrás ver los "en vivo" durante 24 hrs.