









FISIOFITNESS
MARKEL SIMÓN



ENERO 2023

PREPARADOS, LISTOS...

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
26	27	28	29	30	31	1
2 DÍA INT. DEL PERSONAL TRAINER 	3	4	5	6 REYES MAGOS 	7	8
9 DIPLOMA MANTÉN TU PESO NAVIDAD 	10	11	12	13 DÍA INT. LUCHA CONTRA LA DEPRESIÓN 	14	15
SEMANA RETO COMBA						
16	17	18	19	20	21 DÍA INT. DE LA MEDITACIÓN 	22
23	24	25	26	27	28	29
30 DÍA INT. DE LA PAZ 	31	1	2	3	4	5