



TÉCNICA

5 EJERCICIOS DE TECNICA PARA
MEJORAR TU CARRERA

EJERCICIOS DE TÉCNICA



**Haz click en la Imagen para ver el video y las instrucciones
o escanea el código qr.**

Ejercicios

A Skips: Skippy con ritmo

Talon a gluteo

Yoguis

Can Can

Punta Talon

