

Room exercises 2

Scritto da Antonianum

Sabato 28 Marzo 2020 17:56 - Ultimo aggiornamento Sabato 28 Marzo 2020 18:10

L'Antonianum, con coach Ruggeri, mette a disposizione i video per gli esercizi che si possono eseguire a casa.

Ecco il link al video del secondo esercizio:

<https://www.youtube.com/watch?v=rM2I6NSQVvQ>

Si possono vedere tutti i video anche tramite il canale video Antonianum

<https://www.youtube.com/channel/UChb6k5UGXIBUwef8JMLBtMQ>

#iorestoacasa