Mi objetivo de hoy es:

Relajamos la cara

Imagina que se te posa una mosca en la nariz. Frunce la nariz. A continuación frunce la frente. Haz esto 5 veces con la nariz y otras 5 con la frente.

Mi pequeño éxito de hoy ha sido:

https://www.youtube.com/watch?v=Ev6J4-AOywI

"Ya que estamos de paso, dejemos huellas bonitas"

RUTINA 31 SMA