



ANGELES

RETO VIRTUAL

CORREMOS POR LA SALUD

Actividad	Conversión
Clase Entrenamiento funcional con nuestra coach Mariana Sánchez los lunes, miércoles, viernes y domingos a las 12:30 pm hora del centro de México. (Ingresa a Instagram Live @im_coaching las clases permanecen 24 horas disponibles en IGTV).	9 kilómetros = clase completa
Clase Entrenamiento funcional con nuestro coach Víctor López (nv1ctus) de lunes a sábado a las 08:00 am hora del centro de México. (Ingresa a Instagram Live @nv1ctus la clase permanece 24 horas disponibles en IGTV).	9 kilómetros = clase completa
Carrera en banda	1km = 1km
Ciclismo en rodillo o spinning	1 hora = 8 km
Pasos (podómetro) Baja cualquier App con función de podómetro en tiendas iOS o Android.	Envía tu foto diaria y nosotros asignaremos la cantidad de kilómetros a tu usuario (de acuerdo a tu peso y altura).
Crossfit, Fitness, Acondicionamiento físico, etc.	1 hora = 7km