

Resumen semanal de bienestar

Ayuno de Agua + Electrolitos · De lunes a domingo

1

Elementos únicos

7

Apariciones programadas

7

Días activos

210 min

Tiempo planificado

Elemento	lun	mar	mié	jue	vie	sáb	dom	Total
Respiración: Suspiro cíclico Técnicas de respiración	X	X	X	X	X	X	X	7