

Diario del Gimnasio Vocal

<i>Fecha</i>	<i>Ejercicio</i>	<i>Modificaciones</i>	<i>7DS</i>							<i>Tiempo</i>
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	
			F	B	I	R	T	A	S	

Guía para el 7DS: F = flexibilidad, B = respiración, I = entonación, R = rango, T = tono, A = articulación, S = fortaleza