

SALA FUNCIONAL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
7:15	FUNCIONAL/FUERZA	MOVILIDAD			FUNCIONAL	
8:15	FUNCIONAL/FUERZA	FUNCIONAL/FUERZA		FUNCIONAL/FUERZA	MOVILIDAD	
9:15		FUNCIONAL/FUERZA		HIIT		
10:15						FUNCIONAL/FUERZA
11:15						FUNCIONAL/FUERZA
12:15						
13:15					CALISTENIA	
14:15	MOVILIDAD		FUNCIONAL/FUERZA		FUNCIONAL/FUERZA	
15:15	FUNCIONAL/FUERZA					
16:15						
17:15					FUNCIONAL/FUERZA	
18:15	FUNCIONAL/FUERZA	ESPALDA SANA	MOVILIDAD	FUNCIONAL/FUERZA	FUNCIONAL/FUERZA	
19:15	ESPALDA SANA	FUNCIONAL/FUERZA	FUNCIONAL/FUERZA	ESPALDA SANA	FUNCIONAL/FUERZA	
20:15	FUNCIONAL/FUERZA					