

	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES			
	PISCINA	PABELLÓN 1-2	PABELLÓN 3	SALA TATAMI	PISCINA	PABELLÓN 1-2	PABELLÓN 3	SALA TATAMI	PISCINA	PABELLÓN 1-2	PABELLÓN 3	SALA TATAMI	PISCINA	PABELLÓN 1-2	PABELLÓN 3	SALA TATAMI
08:00 - 08:15																
08:30 - 08:45			08:30 - 09:15													
08:45 - 09:00			STRECHING INT. 1													
09:00 - 09:15			MIGUEL M.	09:00 - 09:45												
09:15 - 09:30			09:15 - 10:45	BODY BALANCE INTENSIDAD 1 GUILLERMO			09:15 - 10:30								09:15 - 10:30	
09:30 - 09:45			GLOBAL TRAINING +CORE INT. 4				FULL BODY INT. 3				09:30 - 10:45				FULL BODY INT. 3	
09:45 - 10:00		09:45 - 10:30									GLOBAL TRAINING +CORE INT. 4					
10:00 - 10:15		ACONDIC. FÍSICO INT. 2 GUILLERMO	MIGUEL M.		10:00 - 10:30 NACHO		GUILLERMO			10:00 - 10:45			10:00 - 10:30 NACHO		GUILLERMO	
10:15 - 10:30					TONIFIC. AGUA INT.1					ACONDIC. FÍSICO INT. 2	GUILLERMO		TONIFIC. AGUA INT.1			
10:30 - 10:45										MARTIN						
10:45 - 11:00								10:45 - 11:30								10:45 - 11:15 GUILLERMO
11:00 - 11:15	11:00 - 11:30 MIGUEL M							PILATES INT. 1	11:00 - 11:30 MARTIN							CORE INT. 3
11:15 - 11:30	TONIFIC. AGUA INT. 1			11:15 - 12:00				GUILLERMO	TONIFIC. AGUA INT.1							11:15 - 12:00
11:30 - 11:45				PILATES INT. 1	11:30 - 12:00 NACHO						11:30 - 12:15		11:30 - 12:00 NACHO			STRECHING INT. 1
11:45 - 12:00				GUILLERMO	TONIFIC. AGUA INT.1		11:45 - 12:30				GAP INT. 3		TONIFIC. AGUA INT.1			GUILLERMO
12:00 - 12:15							GAP INT. 3				GUILLERMO					
12:15 - 12:30							GUILLERMO								12:15 - 13:00	
12:30 - 12:45			12:30 - 13:15									12:30 - 13:15			GAP INT. 3	
12:45 - 13:00			ENTRENAM. FUNCIONAL INT. 3									PILATES INT. 1			GUILLERMO	
13:00 - 13:15			GUILLERMO		13:00 - 13:30 NACHO							GUILLERMO	13:00 - 13:30 NACHO	13:00 - 13:30 GUILLERMO		
13:15 - 13:30					TONIFIC. AGUA INT.1						13:15 - 13:45 GUILLERMO		TONIFIC. AGUA INT.1	SUSPENSIÓN INT. 3		
13:30 - 13:45											STRETCHING INT. 1					
13:45 - 14:00																
14:00																