

	Astelehena Lunes			Asteartea Martes			Asteazkena Miércoles			Osteguna Jueves			Ostirala Viernes		
07:00	Cardio CH			Funcional CH			Cardio CH			Funcional CH			Cardio CH		
08:00	MET			Core			X Training			Flow			HIIT		
09:15	Core			X Training			Flow			HIIT			Funcional		
10:15	HIIT			Flow			Funcional			Core			MET		
11:00	Funcional CH			Funcional CH			Funcional CH			Funcional CH			Funcional CH		
13:00	Cardio CH			Funcional CH			Cardio CH			Funcional CH			Cardio CH		
14:00	Funcional CH			Cardio CH			Cardio CH			Funcional CH			Cardio CH		
15:00	Cardio CH			Funcional CH			Cardio CH			Funcional CH			Cardio CH		
17:15	MET			Core			X Training			Flow					
18:15	Core			X Training			Flow			HIIT					
19:15	HIIT			Flow			Funcional			Core					
20:00	Funcional CH			Cardio CH			Funcional CH			Cardio CH					