

AZAROA EXPRESS NOVIEMBRE



	ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA
7:00	FOAM ROLLER		MANKUERNAK		CORE
9:00		CORE		LUZAKETAK	
11:00	GOMAK		FOAM ROLLER		MANKUERNAK
13:00		MANKUERNAK		CORE	
15:00	LUZAKETAK		GOMAK		LUZAKETAK
17:00		FOAM ROLLER		MANKUERNAK	
19:00					GOMAK