

OTSAILA 21 'EXPRESS' Febrero

	ASTELEHENA	ASTEARTEA	ASTEAZKENA	OSTEGUNA	OSTIRALA	LARUNBATA	IGANDEA	
7:00		Entrenamendu funtzionala		Luzaketak Estiramientos				7:00
9:00	Behe atala Tren inferior		Entrenamendu funtzionala		Luzaketak Estiramientos		Goi atala Tren superior	9:00
11:00		Goi atala Tren superior		Behe atala Tren inferior		Behe atala Tren inferior		11:00
13:00	Entrenamendu funtzionala		Luzaketak Estiramientos		Goi atala Tren superior		Entrenamendu funtzionala	13:00
15:00		Behe atala Tren inferior		Entrenamendu funtzionala				15:00
17:00	Luzaketak Estiramientos		Goi atala Tren superior		Entrenamendu funtzionala	Goi atala Tren superior		17:00
19:00						Entrenamendu funtzionala		19:00