

ATHLETIK

DICIEMBRE 2024



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Endurance	Strength	Cardio	360	Festivo
9	10	11	12	13
Strength	Cardio	360	Speed	Endurance
16	17	18	19	20
Cardio	360	Speed	Endurance	Strength
23	24	25	26	27
360	Speed	Festivo	Urban Race	Cardio
30	31			
Speed	Endurance			