CENTRO DEPORTIVO NILFIT

LUNES	MARTES	MIÉRC.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
07:00 - 08:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	08:00 - 09:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	07:00 - 08:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	08:00 - 09:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	07:00 - 08:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	08:00 - 09:00 **OPEN BOX (Máx 12)**	
08:00 - 09:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	09:30 - 10:30 **FUNCIONAL NIL (Máx 15)**	08:00 - 09:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	09:30 - 10:30 **FUNCIONAL NIL (Máx 15)**	08:00 - 09:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	09:00 - 10:00 **FUERZA (funcional y específica) (Máx 12)**	
09:30 - 10:30 **FUNCIONAL NIL (Máx 12)**	10:30 - 11:30 **ENTRENAMIENTO HYBRIDO (Máx 15)**	09:30 - 10:30 **FUNCIONAL NIL (Máx 12)**	10:30 - 11:30 **ENTRENAMIENTO HYBRIDO (Máx 15)**	09:30 - 10:30 **FUNCIONAL NIL (Máx 12)**	10:00 - 11:00 **ENTRENAMIENTO HYBRIDO (Máx 15)**	
10:30 - 11:30 **ENTRENAMIENTO HYBRIDO (Máx 15)**	11:30 - 12:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	10:30 - 11:30 **ENTRENAMIENTO HYBRIDO (Máx 15)**	11:30 - 12:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	10:30 - 11:30 **ENTRENAMIENTO HYBRIDO (Máx 15)**	11:00 - 12:00 **ENTRENAMIENTO HYBRIDO (Máx 15)**	
11:30 - 12:30 **ABE NIL (Máx 15)**	12:30 - 13:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	11:30 - 12:30 **ABE NIL (Máx 15)**	12:30 - 13:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	11:30 - 12:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	12:00 - 13:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	
12:30 - 13:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	13:30 - 14:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	12:30 - 13:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	13:30 - 14:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	12:30 - 13:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**		
13:30 - 14:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	14:30 - 15:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	13:30 - 14:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	16:00 - 17:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	13:30 - 14:30 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**		
16:45 - 17:45 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	16:00 - 17:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	16:45 - 17:45 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	17:00 - 18:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	16:45 - 17:45 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**		
18:00 - 19:00 **ABE NIL (Máx 14)**	17:00 - 18:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	18:00 - 19:00 **ABE NIL (Máx 15)**	18:00 - 19:00 **ABE NIL (Máx 14)**	18:00 - 19:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**		
19:00 - 20:00 **FUNCIONAL NIL (Máx 12)**	18:00 - 19:00 **ABE NIL (Máx 14)**	19:00 - 20:00 **FUNCIONAL NIL (Máx 12)**	19:00 - 20:00 **FUNCIONAL NIL (Máx 15)**	19:00 - 20:00 **FUNCIONAL NIL (Máx 15)**		
20:00 - 21:00 **ENTRENAMIENTO PRETEMPORADA (Máx 16)**	19:00 - 20:00 **FUNCIONAL NIL (Máx 15)**	20:00 - 21:00 **ENTRENAMIENTO PRETEMPORADA (Máx 16)**	20:00 - 21:00 **ENTRENAMIENTO PRETEMPORADA (Máx 16)**	20:00 - 21:00 **ENTRENAMIENTO HYBRIDO (Máx 15)**		
21:00 - 22:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	20:00 - 21:00 **ENTRENAMIENTO PRETEMPORADA (Máx 12)**	21:00 - 22:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 1)**	21:00 - 22:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**	21:00 - 22:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**		
	21:00 - 22:00 **ENTRENAMIENTO PERSONAL (Máx 2)**					

11/09/2024