

ATHLETIK

MAYO 2025



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
			1	2
			Festivo	Cardio
5	6	7	8	9
Strenght	360	Endurance	Cardio	Strenght
12	13	14	15	16
360	Endurance	Cardio	Strenght	360
19	20	21	22	23
Endurance	Cardio	Strenght	360	Endurance
26	27	28	29	30
Cardio	Strenght	360	Endurance	Cardio