

CYCLO

JUNIO 2025



RAFA NADAL
CLUB

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	2	3	4	5	6
08:15		FREE DAY			
09:15			MIXTA		
18:00			FREE DAY		
18:15	HIIT			LARGA	
18:30		LARGA			MIXTA
19:00					
19:15	FREE DAY				
	9	10	11	12	13
08:15		MIXTA			
09:15			HIIT		
18:00			LARGA		
18:15	MIXTA			FREE DAY	
18:30		LARGA			MIXTA
19:00					
19:15	LARGA				
	16	17	18	19	20
08:15		HIIT			
09:15			FREE DAY		
18:00			HIIT		
18:15	LARGA			MIXTA	
18:30		FREE DAY			LARGA
19:00					
19:15	MIXTA				
	23	24	25	26	27
08:15		MIXTA			
09:15			LARGA		
18:00			MIXTA		
18:15	FREE DAY			HIIT	
18:30		LARGA			FREE DAY
19:00					
19:15	HIIT				