

FITNESS SALUD

ENERO 2025



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		1	1	2
			Festivo	
5	6	7	8	9
	Festivo		Fuerza	
12	13	14	15	16
	Resistencia		BEP / Core	
19	20	21	22	23
	Pilates		GAP	
26	27	28	29	30
	Full tono		Espalda Sana	