

FULL CIRCUIT

MARZO 2026



LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
2	3	4	5	6
Festivo	Peso Corporal	Core	Cardio	Mix
9	10	11	12	13
Peso Corporal	Core	Cardio	Mix	Fuerza
16	17	18	19	20
Core	Cardio	Mix	Fuerza	Peso Corporal
23	24	25	26	27
Cardio	Mix	Fuerza	Peso Corporal	Core
30	31			
Mix	Fuerza			