

# FITNESS SALUD

ABRIL 2026



RAFA NADAL  
CLUB

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		4	5	6
			Festivo	
9	10	11	12	13
	Fuerza		Core	
16	17	18	19	20
	Resistencia		BEP	
23	24	25	26	27
	Full Tono		BEP	
30	31	2	3	
	Body Pump		Espalda Sana	