

FITNESS SALUD

MAYO 2026



RAFA NADAL
CLUB

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
				1
4	5	6	7	8
	Body Pump		Pilates	
11	12	13	14	15
	Fuerza		BEP/Core	
18	19	20	21	22
	Resistencia		Core/Glúteos	
25	26	27	28	29
	Full Tono		Espalda Sana	