

## HORARIOS DE OTOÑO: **FITNESSDR**

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
07:00:00			CROSSTRAINING		CROSSTRAINING	
07:30:00	CROSSFIGHT					
08:00:00						
08:30:00						
09:00:00	CROSSTRAINING	BRAZILIAN JIUJITSU	CROSSTRAINING	BRAZILIAN JIUJITSU		SEMINARIOS
09:30:00						Y
10:00:00	BRAZILIAN JIUJITSU	CROSSTRAINING	BRAZILIAN JIUJITSU	CROSSTRAINING		ASESORAMIENT
10:30:00						
11:00:00						CROSSTRAINING
11:30-13:30						BJJ/JUDO
15:30:00		CROSSTRAINING		CROSSTRAINING		
16:00:00						
16:30:00					PREPARACIÓN FÍSICA CLUB NATACIÓN ZOITI (PRIVADO)	
17:00:00						
17:30:00						
18:00:00		CROSSFIGHT		CROSSFIGHT		
18:30:00	CROSSTRAINING	JUDO	CROSSTRAINING	JUDO	GRAPPLING	
19:00:00					CROSSFIGHT	
19:30:00	BRAZILIAN JIUJITSU	CROSSTRAINING	BRAZILIAN JIUJITSU	CROSSTRAINING	CROSSTRAINING	
20:00:00						
20:30:00	CROSSFIGHT	BRAZILIAN JIUJITSU	CROSSFIGHT	BRAZILIAN JIUJITSU	JUDO	
21:00:00	CROSSTRAINING		CROSSTRAINING			
21:30:00		CROSSFIGHT		CROSSFIGHT		
22:00:00						

**Para poder ofrecer la mejor calidad de los entrenamientos el viernes desde las 8:30 el box permanecerá cerrado para que el entrenador pueda dedicar esas horas a seguir mejorando**