

FULL CIRCUIT

FEBRERO 2025



RAFA NADAL
CLUB

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
3 Cardio	4 Mix	5 Core	6 Peso Corporal	7 Fuerza
10 Mix	11 Core	12 Peso Corporal	13 Fuerza	14 Cardio
17 Core	18 Peso Corporal	19 Fuerza	20 Cardio	21 Mix
24 Peso Corporal	25 Fuerza	26 Cardio	27 Mix	28 Core