

	LUN	MAR	MIÉ	JUE	VIE	SÁB
7:30 -		IM 1   IM 2		IM 1   IM 2		
8:15 -						
9:00	IM 1   IM 2		IM 1   IM 2		IM 1   IM 2	
9:45		IM 2	Libre	IM 2	Libre	Libre
10:30	IM 2	IM 1	IM 2	IM 1	IM 2	IM 1   IM 2
11:15	AF 1	AF 2	AF 1	AF 2	IM 0 (siempre) AF 0 (c/2 sem.)	Libre
12:00		IM 1   IM 2		IM 1   IM 2		Libre
12:45 -				Libre		
13:45	IM 1   IM 2		IM 1   IM 2			
14:30						
15:15 -		IM 1   IM 2		IM 1   IM 2		
16:00	IM 1	IM 2	IM 1	IM 2	Libre	
16:45	IM 2	IM 1	IM 2	IM 1	IM 2	
17:30	AF 1	AF 2	AF 1	AF 2	Libre	
18:15	IM 1	IM 2	IM 1	IM 2	IM 1	
19:00	IM 2	IM 1	IM 2	IM 1	IM 0 (siempre) AF 0 (c/2 sem.)	
19:45	IM 1	IM 1   IM 2	Libre	IM 1   IM 2		
20:30	IM 1   IM 2		IM 1   IM 2	Libre		
21:15						

**IM** = Iraun Method      **AF** = Animal Flow      **Libre** = Entrenamiento Libre