



INVITA A TUS AMIGOS A CONOCER LAS CLASES  
PIDE PASES DE CORTESÍA EN RECEPCIÓN

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
06:00 a. m.	OSCAR CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta		FERNANDA CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta		MAYRA MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	
07:15 a. m.	ISSA MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	IRMA CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	FERNANDA INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	RIGO CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	MAYRA FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta	
09:00 a. m.	ISSA CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	IRMA MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta		RIGO FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta		DANIEL ENTRENAMIENTO CARRERA 190 KM EN PAREJAS 65-85% = I. Media / Alta
02:30 p. m.	MEMO CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta				GEOVANI MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	
07:30 p. m.	DANIEL MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	SAUL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	DANIEL INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	TONY CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	ROBERT FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta	
08:30 p. m.	DANIEL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	SAUL MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	DANIEL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	TONY FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta		





INVITA A TUS AMIGOS A CONOCER LAS CLASES  
PIDE PASES DE CORTESÍA EN RECEPCIÓN

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
06:15 a. m.		ADRIAN MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta		MAYRA FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta		
07:15 a. m.	DANIEL MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	ADRIAN CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	CARMEN INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	DANIEL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	ISSA FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta	
08:15 a. m.	DANIEL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	RICARDO MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	CARMEN CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	DANIEL FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta	ISSA INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	
09:15 a. m.	DANIEL MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	DANIEL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	CARMEN INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	DANIEL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	CARMEN FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta	ROBERT ENTRENAMIENTO CARRERA 190 KM EN PAREJAS 65-85% = I. Media / Alta
07:15 p. m.	RIGO CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	DANIEL MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	OSCAR CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	DANIEL FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta	VERO INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	
08:15 p. m.		DANIEL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta		DANIEL CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta		





INVITA A TUS AMIGOS A CONOCER LAS CLASES  
PIDE PASES DE CORTESÍA EN RECEPCIÓN

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
07:30 a. m.	OSCAR MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	RIGO CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	ISSA INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	ISSA CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	TONY FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta	OSCAR ENTRENAMIENTO CARRERA 90 KM 65-85% = I. Media / Alta
08:30 a. m.	OSCAR CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	RIGO MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	ISA CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	ISSA FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta	TONY INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	
02:30 p. m.		TONY MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta		MAYRA FARTLEK 65-85% = I. Media / Alta		
07:30 p. m.	TONY MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	RIGO CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	ISSA INTERVALICA EXTENSIVA 65-85% = I. Alta	GEOVANI CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta		
08:30 p. m.	TONY CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta	RIGO MONTAÑA 75-85% = I. Media / Alta	ISSA CAPACIDAD AEROBICA ALTA 75-85% = I. Media / Alta			

