

| Lunes   |                   | Martes            |                   | Miércoles         |                   | Jueves            |                   |
|---------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| Viernes |                   | Sábado            |                   | Domingo           |                   |                   |                   |
| 08:00   | 08:00 - 09:00     | 08:00 - 09:00     | 08:00 - 09:00     | 08:00 - 09:00     | 08:00 - 09:00     | 08:00 - 09:00     | 08:00 - 09:00     |
|         | Competición 2     | Alta 3            | Intervalica 1     | Montaña 3         | Sesión Virtual 14 | Fartlek 3         | Baja 3            |
| 09:00   |                   | 09:00 - 10:00     |                   | 09:00 - 10:00     |                   | 09:00 - 10:00     | 09:00 - 10:00     |
|         |                   | Fartlek 3         |                   | Sesión Virtual 16 |                   | Intervalica 3     | Competición 2     |
| 10:00   | 10:00 - 11:00     | 10:00 - 11:00     | 10:00 - 11:00     | 10:00 - 11:00     |                   |                   | 10:00 - 11:00     |
|         | Sesión Virtual 1  | Intervalica 3     | Montaña 1         | Alta 3            |                   |                   | Fartlek 3         |
| 11:00   | 11:00 - 12:00     | 11:00 - 12:00     | 11:00 - 12:00     | 11:00 - 12:00     | 11:00 - 12:00     |                   | 11:00 - 12:00     |
|         | Intervalica 3     | Montaña 4         | Sesión Virtual 17 | Baja 3            | Baja 4            |                   | Intervalica 3     |
| 12:00   | 12:00 - 13:00     | 12:00 - 13:00     | 12:00 - 13:00     | 12:00 - 13:00     | 12:00 - 13:00     | 12:00 - 13:00     | 12:00 - 13:00     |
|         | Montaña 4         | Sesión Virtual 19 | Alta 1            | Competición 2     | Competición 1     | Alta 3            | Montaña 3         |
| 13:00   | 13:00 - 14:00     | 13:00 - 14:00     | 13:00 - 14:00     | 13:00 - 14:00     | 13:00 - 14:00     | 13:00 - 14:00     | 13:00 - 14:00     |
|         | Sesión Virtual 20 | Alta 4            | Baja 1            | Fartlek 3         | Fartlek 4         | Baja 3            | Sesión Virtual 12 |
| 14:00   | 14:00 - 15:00     | 14:00 - 15:00     | 14:00 - 15:00     | 14:00 - 15:00     | 14:00 - 15:00     | 14:00 - 15:00     | 14:00 - 15:00     |
|         | Alta 2            | Baja 3            | Fartlek 1         | Intervalica 3     | Intervalica 4     | Fartlek 3         | Alta 4            |
| 15:00   | 15:00 - 16:00     | 15:00 - 16:00     | 15:00 - 16:00     | 15:00 - 16:00     | 15:00 - 16:00     | 15:00 - 16:00     | 15:00 - 16:00     |
|         | Baja 3            | Competición 2     | Intervalica 1     | Montaña 4         | Montaña 4         | Intervalica 3     | Baja 4            |
| 16:00   | 16:00 - 17:00     | 16:00 - 17:00     | 16:00 - 17:00     | 16:00 - 17:00     | 16:00 - 17:00     | 16:00 - 17:00     | 16:00 - 17:00     |
|         | Competición 1     | Fartlek 2         | Montaña 1         | Sesión Virtual 15 | Sesión Virtual 13 | Montaña 3         | Fartlek 4         |
| 17:00   |                   | 17:00 - 18:00     |                   | 17:00 - 18:00     | 17:00 - 18:00     | 17:00 - 18:00     | 17:00 - 18:00     |
|         |                   | Intervalica 3     |                   | Alta 4            | Alta 1            | Sesión Virtual 12 | Intervalica 4     |
| 18:00   |                   |                   |                   |                   |                   | 18:00 - 19:00     | 18:00 - 19:00     |
|         |                   |                   |                   |                   |                   | Alta 4            | Montaña 4         |
| 19:00   |                   |                   |                   |                   | 19:00 - 20:00     | 19:00 - 20:00     | 19:00 - 20:00     |
|         |                   |                   |                   |                   | Fartlek 1         | Baja 4            | Sesión Virtual 11 |
| 20:00   | 20:00 - 21:00     | 20:00 - 21:00     | 20:00 - 21:00     | 20:00 - 21:00     | 20:00 - 21:00     | 20:00 - 21:00     | 20:00 - 21:00     |
|         | Sesión Virtual 1  | Montaña 3         | Alta 2            | Baja 4            | Intervalica 1     | Competición 1     | Alta 1            |
| 21:00   | 21:00 - 22:00     | 21:00 - 22:00     | 21:00 - 22:00     | 21:00 - 22:00     | 21:00 - 22:00     | 21:00 - 22:00     | 21:00 - 22:00     |
|         | Alta 3            | Sesión Virtual 18 | Baja 2            | Fartlek 4         | Montaña 1         | Fartlek 4         | Baja 1            |
| 22:00   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
|         |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
| 23:00   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |
|         |                   |                   |                   |                   |                   |                   |                   |