

04 mayo - 10 mayo 2026

|       | Lunes                              | Martes                             | Miércoles                          | Jueves                             | Viernes                           | Sábado                            | Domingo                           |
|-------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 08:00 | 08:00 - 08:45<br>Fartlek 2         | 08:00 - 08:45<br>Montaña 1         | 08:00 - 08:45<br>Montaña 4         | 08:00 - 08:45<br>Montaña 3         | 08:00 - 08:45<br>Sesión Virtual 1 | 08:00 - 08:45<br>Baja 4           | 08:00 - 08:45<br>Alta 4           |
| 09:00 |                                    | 09:00 - 09:45<br>Sesión Virtual 15 |                                    | 09:00 - 09:45<br>Sesión Virtual 19 |                                   | 09:00 - 09:45<br>Fartlek 4        | 09:00 - 09:45<br>Fartlek 4        |
| 10:00 | 10:00 - 10:45<br>Intervalica 2     | 10:00 - 10:45<br>Competición 2     | 10:00 - 10:45<br>Sesión Virtual 17 | 10:00 - 10:45<br>Competición 1     |                                   |                                   | 10:00 - 10:45<br>Intervalica 4    |
| 11:00 | 11:00 - 11:45<br>Montaña 2         | 11:00 - 11:45<br>Alta 1            | 11:00 - 11:45<br>Alta 4            | 11:00 - 11:45<br>Alta 3            | 11:00 - 11:45<br>Baja 2           |                                   | 11:00 - 11:45<br>Montaña 4        |
| 12:00 | 12:00 - 12:45<br>Sesión Virtual 14 | 12:00 - 12:45<br>Baja 1            | 12:00 - 12:45<br>Baja 4            | 12:00 - 12:45<br>Baja 3            | 12:00 - 12:45<br>Sesión Virtual 2 | 12:00 - 12:45<br>Sesión Virtual 2 | 12:00 - 12:45<br>Sesión Virtual 4 |
| 13:00 | 13:00 - 13:45<br>Alta 4            | 13:00 - 13:45<br>Fartlek 2         | 13:00 - 13:45<br>Fartlek 4         | 13:00 - 13:45<br>Sesión Virtual 20 | 13:00 - 13:45<br>Competición 2    | 13:00 - 13:45<br>Alta 4           | 13:00 - 13:45<br>Alta 1           |
| 14:00 | 14:00 - 14:45<br>Baja 4            | 14:00 - 14:45<br>Intervalica 2     | 14:00 - 14:45<br>Intervalica 4     | 14:00 - 14:45<br>Fartlek 3         | 14:00 - 14:45<br>Fartlek 2        | 14:00 - 14:45<br>Baja 1           | 14:00 - 14:45<br>Baja 1           |
| 15:00 | 15:00 - 15:45<br>Competición 1     | 15:00 - 15:45<br>Montaña 2         | 15:00 - 15:45<br>Montaña 4         | 15:00 - 15:45<br>Intervalica 3     | 15:00 - 15:45<br>Intervalica 2    | 15:00 - 15:45<br>Competición 2    | 15:00 - 15:45<br>Fartlek 1        |
| 16:00 | 16:00 - 16:45<br>Intervalica 4     | 16:00 - 16:45<br>Sesión Virtual 16 | 16:00 - 16:45<br>Sesión Virtual 18 | 16:00 - 16:45<br>Montaña 3         | 16:00 - 16:45<br>Montaña 2        | 16:00 - 16:45<br>Fartlek 1        | 16:00 - 16:45<br>Intervalica 1    |
| 17:00 |                                    | 17:00 - 17:45<br>Alta 2            |                                    | 17:00 - 17:45<br>Sesión Virtual 20 | 17:00 - 17:45<br>Sesión Virtual 3 | 17:00 - 17:45<br>Intervalica 1    | 17:00 - 17:45<br>Montaña 1        |
| 18:00 |                                    |                                    |                                    |                                    |                                   | 18:00 - 18:45<br>Montaña 1        | 18:00 - 18:45<br>Sesión Virtual 5 |
| 19:00 |                                    |                                    |                                    |                                    |                                   | 19:00 - 19:45<br>Sesión Virtual 3 | 19:00 - 19:45<br>Alta 2           |
| 20:00 |                                    | 20:00 - 20:45<br>Sesión Virtual 17 |                                    | 20:00 - 20:45<br>Alta 4            |                                   | 20:00 - 20:45<br>Alta 1           | 20:00 - 20:45<br>Baja 2           |
| 21:00 | 20:30 - 21:15<br>Fartlek 3         | 21:00 - 21:45<br>Competición 2     | 20:30 - 21:15<br>Competición 1     | 21:00 - 21:45<br>Baja 4            |                                   | 21:00 - 21:45<br>Baja 1           | 21:00 - 21:45<br>Competición 1    |
| 22:00 |                                    |                                    |                                    |                                    |                                   |                                   |                                   |
| 23:00 |                                    |                                    |                                    |                                    |                                   |                                   |                                   |