

Grup Fede_SELEC_GAF_LMXJVS - Entrenadora: Cristina Viñas - Temporada 2026-2027

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
9:30 10:00						Escalfament <i>T3</i>
10:00 10:30						Salt Plataforma (ds) <i>Salt_1</i>
10:30 11:00						Assimètriques (ds) <i>Asim_1\Asim_2</i>
11:00 11:30						Barra FX-GAF (ds) <i>BF</i>
11:30 12:00						Terra Acro. (ds) <i>T1\T2\T3\T4</i>
12:00 12:30						PF-Esp. <i>Dirigid.</i>
12:30 13:00						Coreos <i>T1\T2\T3\T4</i>
13:00 13:30						Barra Eq. (ds) <i>Eq_1\Eq_2</i>
13:30 14:00						
14:00 14:30						
14:30 15:00						
15:00 15:30						
15:30 16:00						
16:00 16:30						
16:30 17:00						
17:00 17:30	Escalfament <i>T3</i>	Escalfament <i>T3</i>	Escalfament <i>T3</i>	Escalfament <i>T3</i>	Escalfament <i>T3</i>	
17:30 18:00	Terra Acro. <i>T1\T2\T3\T4</i>	Terra Acro. <i>T1\T2\T3\T4</i>	Barra Eq. <i>Eq_1\Eq_2</i>	Barra Eq. <i>Eq_1\Eq_2</i>	Barra Eq. <i>Eq_1\Eq_2</i>	
18:00 18:30	Barra Eq. <i>Eq_1\Eq_2</i>	Barra Eq. <i>Eq_1\Eq_2</i>	Assimètriques <i>Asim_1\Asim_2</i>	Assimètriques <i>Asim_1\Asim_2</i>	Assimètriques <i>Asim_1\Asim_2</i>	
18:30 19:00	Barra FX-GAF <i>BF</i>	Barra Eq./Bàsics <i>BF</i>	Mini-Tramp <i>MiniT</i>	Barra Eq./Bàsics <i>BF</i>	Salt Plataforma <i>Salt_1</i>	
19:00 19:30	PF-Card. <i>BF</i>	Barra FX-GAF <i>BF</i>	Treball Complementar <i>Arcs</i>	Salt Plataforma <i>Salt_1</i>	PF-Bàsics/Circuit <i>Paral_GAM</i>	
19:30 20:00	Mini-Tramp <i>MiniT</i>	PF-Bàsics/Circuit <i>Anelles</i>	Barra FX-GAF <i>BF</i>	Barra FX-GAF <i>BF</i>	Treball Complementar <i>Anelles</i>	
20:00 20:30	Salt Plataforma <i>Salt_1</i>	Assimètriques <i>Asim_1\Asim_2</i>	PF-Esp. <i>Dirigid.</i>	Terra Acro. <i>T1\T2\T3\T4</i>	Terra Acro. <i>T1\T2\T3\T4</i>	
20:30 21:00	Assimètriques <i>Asim_1\Asim_2</i>	Salt Plataforma <i>Salt_1</i>	Terra Acro. <i>T1\T2\T3\T4</i>	PF-Esp. <i>Dirigid.</i>	Dansa Ballet <i>Dirigid.</i>	