

Entrenador: José Antonio Ciriza E.

Lugar: Estadio español chiguayante

	ENERO DEL 2024																														
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	semana 1						semana 2							semana 3							semana 4							semana 5			
Mes de Marzo	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	
DAMAS																															
Natalia Bozzo																															
Magdalena Muñoz																															
Mónica Escalona		X		X	X			X	X									X	X		X	X			X	X	X	X			
TOTAL DIARIO		1		1	1			1	1									1	1		1	1			1	1	1	1			TOTAL
	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	
VARONES																															
Julián González																															
Jesús García																															
Clemente García																															
Renato Bolleli																															
Cesar Riquelme																															TOTAL
TOTAL DIARIO																															0

Entrenamiento personalizado individual.  
Entrenamiento en doble jornada/Doble turno  
Concentración  
Entrenamiento individual





**Lugar: Estadio español chiguayante**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Entrenamiento personalizado individual.  
Entrenamiento en doble jornada/Doble turno  
Concentración  
Entrenamiento individual

