

## HORARIO ALELLA

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<b>8:00</b>	<b>FUERZA: Pecho + Bíceps</b> (08:00 - 09:00)	<b>FUERZA: Piernas</b> (08:00 - 09:00)	<b>FUERZA: Espalda + Tríceps</b> (08:00 - 09:00)	<b>FUERZA: Piernas + Hombros</b> (08:00 - 09:00)	<b>CIRCUITO FUNCIONAL</b> (08:00 - 09:00)
<b>9:30</b>	<b>FUERZA: Pecho + Bíceps</b> (09:30 - 10:30)	<b>FUERZA: Piernas</b> (09:30 - 10:30)	<b>FUERZA: Espalda + Tríceps</b> (09:30 - 10:30)	<b>FUERZA: Piernas + Hombros</b> (09:30 - 10:30)	<b>CIRCUITO FUNCIONAL</b> (09:30 - 10:30)
<b>10:30</b>	<b>FUERZA: Pecho + Bíceps</b> (10:30 - 11:30)	<b>FUERZA: Piernas</b> (10:30 - 11:30)	<b>FUERZA: Espalda + Tríceps</b> (10:30 - 11:30)	<b>FUERZA: Piernas + Hombros</b> (10:30 - 11:30)	<b>CIRCUITO FUNCIONAL</b> (10:30 - 11:30)
<b>17:00</b>	<b>FUERZA: Pecho + Bíceps</b> (17:00 - 18:00)	<b>FUERZA: Piernas</b> (17:00 - 18:00)	<b>FUERZA: Espalda + Tríceps</b> (17:00 - 18:00)	<b>FUERZA: Piernas + Hombros</b> (17:00 - 18:00)	<b>CIRCUITO FUNCIONAL</b> (17:00 - 18:00)
<b>18:00</b>	<b>FUERZA: Pecho + Bíceps</b> (18:00 - 19:00)	<b>FUERZA: Piernas</b> (18:00 - 19:00)	<b>FUERZA: Espalda + Tríceps</b> (18:00 - 19:00)	<b>FUERZA: Piernas + Hombros</b> (18:00 - 19:00)	<b>CIRCUITO FUNCIONAL</b> (18:00 - 19:00)
<b>19:00</b>	<b>FUERZA: Pecho + Bíceps</b> (19:00 - 20:00)	<b>FUERZA: Piernas</b> (19:00 - 20:00)	<b>FUERZA: Espalda + Tríceps</b> (19:00 - 20:00)	<b>FUERZA: Piernas + Hombros</b> (19:00 - 20:00)	<b>CIRCUITO FUNCIONAL</b> (19:00 - 20:00)
<b>20:00</b>	<b>FUERZA: Pecho + Bíceps</b> (20:00 - 21:00)	<b>FUERZA: Piernas</b> (20:00 - 21:00)	<b>FUERZA: Espalda + Tríceps</b> (20:00 - 21:00)	<b>FUERZA: Piernas + Hombros</b> (20:00 - 21:00)	<b>CIRCUITO FUNCIONAL</b> (20:00 - 21:00)