

SAN SILVESTRE DE LAS ROZAS SESIONES TÉCNICA DE FIN DE SEMANA

MES	ACTIVIDAD	DÍA	HORA	LUGAR	ENTRENADOR
Noviembre	Entrenamiento técnica de carrera	Martes 5	09:30H	Pista de Atletismo	Alexis Rodríguez
	Entrenamiento técnica de carrera	Sábado 9	10:00h	Pista de Atletismo	Alexis Rodríguez
	Entrenamiento técnica de carrera	Martes 5	09:30H	Pista de Atletismo	Alexis Rodríguez
	Entrenamiento técnica de carrera	Sábado 16	10:00	Pista de Atletismo	Marcos Fernández
	Entrenamiento técnica de carrera	Martes 19	09:30H	Pista de Atletismo	Alexis Rodríguez
	Resuelve tus dudas de como entrenar	Sábado 23	10:00h	Pista de Atletismo	Marcos Fernández
	Entrenamiento técnica de carrera	Martes 26	09:30H	Pista de Atletismo	Alexis Rodríguez
	Entrenamiento técnica de carrera	Sábado 30	10:00	Pista de Atletismo	Marcos Fernández
Diciembre	Entrenamiento técnica de carrera	Martes 5	09:30H	Pista de Atletismo	Alexis Rodríguez
	Entrenamiento técnica de carrera	Sábado 14	10:00	Pista de Atletismo	Marcos Fernández
	Entrenamiento técnica de carrera	Martes 12	09:30H	Pista de Atletismo	Alexis Rodríguez
	Entrenamiento técnica de carrera	Sábado 21	10:00	Pista de Atletismo	Marcos Fernández
	SAN SILVESTRE DE LAS ROZAS	MARTES 31	9:45	https://www.sansilvestredelasrozas.es/	