



SETMANA | 30

31 MARÇ - 5 ABRIL

DILLUNS
HIIT

DIMARTS
Thruster

DIMECRES
Gymnastics

DIJOUS
Deadlift

DIVENDRES
HSPU + Barbell Row

DISSABTE
Saturday Cross



Ajuntament
de Pineda de Mar



COMPLEX ESPORTIU MUNICIPAL
CAN XAUBET