



FICHA PRÁCTICA

CONTENIDO DE LA SESIÓN: _____

Descripción:

EJECUCIÓN 1ª FECHA: _____ HORA: _____

Pulsaciones en reposo (10"): _____

NIVEL	1	2	3	MODIFICADO
-------	---	---	---	------------

Tiempo de trabajo: _____ Nº de vueltas o Kms: _____

F.C.F: _____ F.C.1': _____ F.C.3': _____

EJECUCIÓN 2ª FECHA: _____ HORA: _____

Pulsaciones en reposo (10"): _____

NIVEL	1	2	3	MODIFICADO
-------	---	---	---	------------

Tiempo de trabajo: _____ Nº de vueltas o Kms: _____

F.C.F: _____ F.C.1': _____ F.C.3': _____

