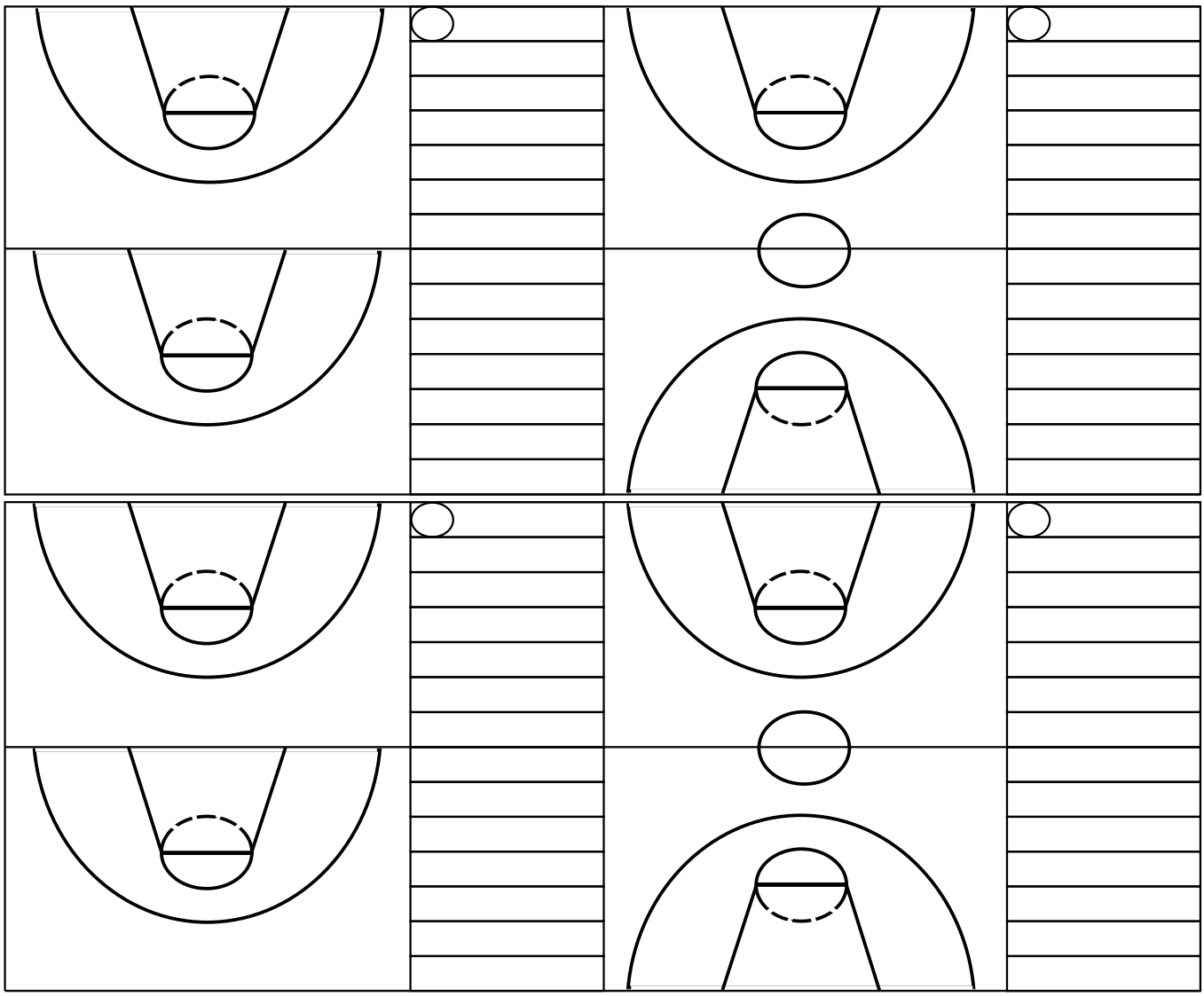
FICHA DE ENTRENAMIENTO DIARIO

Canastad3

DIA		**EQUIPO**	
HORA		**PISTA**	

	TIEMPO	EJERCICIO	OBJETIVO	T. REAL
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				



Nº	ASISTENCIA	TIROS LIBRES								T.	Nº	ASISTENCIA	TIROS LIBRES								T.
4											10										
5											11										
6											12										
7											13										
8											14										
9											15										