

* Sesiones intensivas de entrenamiento del 19/10/2019 al 15/06/2020 los sábados y domingos sin regatas

Octubre 2019						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

5: Test selección

Noviembre 2019						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

Noviembre: Test Centro Medicina Deporte (1)

9: Control ergómetro larga distancia // 10 Regata 1 (Silver Skiff)

Diciembre 2019						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

1: Formación 1 (Técnica Alto Rendimiento)

14-15: Regata 2 (Open Andalucía)

Enero 2020						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2-5: Concentración Navidad

11: Control ergómetro distancia oficial

Febrero 2020						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
					1	5
3	4	5	6	7	8	12
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	1

8: Formación 2 (Entrenamiento Alto Rendimiento)

Marzo 2020						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

15: Formación 3 (Reglaje Alto Rendimiento)

Abril 2020						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Abril: Test Centro Medicina Deporte (2)

9-12: Concentración semana santa

25-26: Regata 3 (Open Cataluña)

Mayo 2020						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2-3: Regata 3 (Libourne)

23: Control ergómetro distancia oficial

Junio 2020						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Julio 2020						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		