

# Listado de objetivos

---

Periodo: 01/09/19 - 30/09/19

Ciclo: 19/20 1 Alevin Invierno

Tipo objetivo: Condicional

Tipo objetivo	Objetivo	Volumen
Condicional	1 Calentamiento	2600,0000
Condicional	2 trabajo hipoxia en buceo	750,0000
Condicional	3 Trabajo Piernas	3600,0000
Condicional	4 trabajo de brazos	2100,0000
Condicional	P.1.1.1. AL IE (Intervalico Extensivo)	9800,0000
Condicional	P.1.1.2 AL CE (Continuo extensivo)	14850,0000
Condicional	P.1.2.2 AM CI Continuo Intensivo)	2000,0000
Condicional	P.1.2.3 AM IE ( interválico extensivo)	4800,0000
Condicional	P.1.3.1 AI IIC ( Interválico Int. dist. cortas)	1600,0000
Condicional	P.9.1 Técnica Ciclica	800,0000