

		dl	dt	dc	dj	dv	db	dg
06:15 - 07:00	AADD 1				TABATA			
07:15 - 08:00	AADD 2					TABATA		
08:15 - 09:00	AADD 1	TABATA						
13:45 - 14:30	AADD 2				TABATA			
17:15 - 18:00	ZONA FUNCIONAL		TABATA					
19:15 - 20:00	AADD 1		TABATA					