TRAINSPLANT
give me life

# ENTRENAMIENTO GRUPAL ONLINE

| LUNES | MARTES | MIÉRC. | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 10:00 - 11:00<br>**Entrenamiento grupal online (Máx 10)** | 17:00 - 18:00<br>**Entrenamiento grupal online (Máx 10)** | 10:00 - 11:00<br>**Entrenamiento grupal online (Máx 10)** | 17:00 - 18:00<br>**Entrenamiento grupal online (Máx 10)** | 10:00 - 11:00<br>**Entrenamiento grupal online (Máx 10)** | | |
| 20:30 - 21:30<br>**Entrenamiento grupal online (Máx 10)** | | 20:30 - 21:30<br>**Entrenamiento grupal online (Máx 10)** | | | | |

**04/02/2026**

# ENTRENAMIENTO PRESENCIAL GRAN CANARIA

| LUNES | MARTES | MIÉRC. | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 12:00 - 13:00<br>**Entrenamiento Presencial Gran Canaria (Máx 6)** | | 12:00 - 13:00<br>**Entrenamiento Presencial Gran Canaria (Máx 6)** | | |

**04/02/2026**

# MUJERES TRAÏNSPLANTADAS

| LUNES | MARTES | MIÉRC. | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 19:00 - 20:00<br>**Mujeres Traïnsplantadas (Máx 30)** | | | | |

**04/02/2026**

| LUNES | MARTES | MIÉRC. | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 11:00 - 12:00<br>**Nutrición: consultoría (Máx 1)** | | | |
| | | | 12:00 - 12:30<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 12:30 - 13:00<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 13:00 - 14:00<br>**Nutrición: consultoría (Máx 1)** | | | |
| | | | 14:00 - 14:30<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 14:30 - 15:00<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 16:30 - 17:00<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 17:00 - 17:30<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 17:30 - 18:00<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 18:00 - 18:30<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 18:30 - 19:00<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 19:00 - 19:30<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |
| | | | 19:30 - 20:00<br>**Nutrición: seguimientos (Máx 1)** | | | |

# PROGRAMACIÓN ENTRENAMIENTO MENSUAL

| LUNES | MARTES | MIÉRC. | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 10:30 - 11:00<br>**Programación de entrenamiento mensual (Máx 1)** | 13:00 - 13:30<br>**Programación de entrenamiento mensual (Máx 1)** | | 17:00 - 17:30<br>**Programación de entrenamiento mensual (Máx 1)** | | |
| | | | | 17:30 - 18:00<br>**Programación de entrenamiento mensual (Máx 1)** | | |
| | | | | 18:00 - 18:30<br>**Programación de entrenamiento mensual (Máx 1)** | | |
| | | | | 18:30 - 19:00<br>**Programación de entrenamiento mensual (Máx 1)** | | |

**04/02/2026**

# PSICOLOGÍA TRAÏNSPLANT

| LUNES | MARTES | MIÉRC. | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 11:00 - 12:00<br>**Psicología (Máx 1)** | 18:00 - 19:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | |
| 12:00 - 13:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | | |
| 13:00 - 14:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | | |
| 14:00 - 15:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | | |
| 15:00 - 16:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | | |
| 16:00 - 17:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | | |
| 17:00 - 18:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | | |
| 18:00 - 19:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | | |
| 19:00 - 20:00<br>**Psicología (Máx 1)** | | | | | | |

**04/02/2026**

# SEGUIMIENTO CON DRA. SONSOLES HERNÁNDEZ

| LUNES | MARTES | MIÉRC. | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 11:30 - 11:45<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 11:30 - 11:45<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | 19:00 - 19:15<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | |
| | 11:45 - 12:00<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 11:45 - 12:00<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | 19:15 - 19:30<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | |
| | 12:00 - 12:15<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 12:00 - 12:15<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | | | |
| | 12:15 - 12:30<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 12:15 - 12:30<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | | | |
| | 12:30 - 12:45<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 12:30 - 12:45<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | | | |
| | 12:45 - 13:00<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 12:45 - 13:00<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | | | |
| | 14:45 - 15:00<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 15:00 - 15:15<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | | | |
| | 15:00 - 15:15<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 15:15 - 15:30<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | | | |
| | 15:15 - 15:30<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 15:30 - 15:45<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | | | |
| | 15:30 - 15:45<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | 15:45 - 16:00<br>**Seguimiento con Dra. Sonsoles Hernández (Máx 1)** | | | | |
| | 15:45 - 16:00<br>**Seguimiento con Dra.** | 16:00 - 16:15<br>**Seguimiento con Dra.** | | | | |