SENIOR — **NIVEL 1** — **AZUL**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							2	5	12	17	280
12							3	6	12	17	284
18							4	7	11	14	289
24							5	8	11	12	295
30							6	9	10	11	298

SENIOR — **NIVEL 1** — **AZUL**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							3	6	12	17	285
12							4	7	11	14	289
18							5	8	11	12	295
24							6	9	10	11	298
30							9	8	9	10	305

SENIOR — **NIVEL 1** — **AZUL**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							4	7	11	14	289
12							5	8	11	12	295
18							6	9	10	11	298
24							9	8	9	10	305
30							10	9	8	9	310

SENIOR — **NIVEL 1** — **AZUL**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							5	8	11	12	295
12							6	9	10	11	298
18							9	8	9	10	305
24							10	9	8	9	310
30							12	10	7	7	315

SENIOR — **NIVEL 1** — **AZUL**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	9	10	11	298
12							9	8	9	10	305
18							10	9	8	9	310
24							12	10	7	7	315
30							13	11	7	5	320

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							2	5	12	17	280
12							3	6	12	17	284
18							4	7	11	14	289
24							5	8	11	12	295
30							6	9	10	11	298

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							3	6	12	17	285
12							4	7	11	14	289
18							5	8	11	12	295
24							6	9	10	11	298
30							9	8	9	10	305

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							4	7	11	14	289
12							5	8	11	12	295
18							6	9	10	11	298
24							9	8	9	10	305
30							10	9	8	9	310

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							5	8	11	12	295
12							6	9	10	11	298
18							9	8	9	10	305
24							10	9	8	9	310
30							12	10	7	7	315

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	9	10	11	298
12							9	8	9	10	305
18							10	9	8	9	310
24							12	10	7	7	315
30							13	11	7	5	320

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							2	5	12	17	280
12							3	6	12	17	284
18							4	7	11	14	289
24							5	8	11	12	295
30							6	9	10	11	298

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							3	6	12	17	285
12							4	7	11	14	289
18							5	8	11	12	295
24							6	9	10	11	298
30							9	8	9	10	305

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							4	7	11	14	289
12							5	8	11	12	295
18							6	9	10	11	298
24							9	8	9	10	305
30							10	9	8	9	310

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							5	8	11	12	295
12							6	9	10	11	298
18							9	8	9	10	305
24							10	9	8	9	310
30							12	10	7	7	315

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	9	10	11	298
12							9	8	9	10	305
18							10	9	8	9	310
24							12	10	7	7	315
30							13	11	7	5	320

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							2	5	12	17	280
12							3	6	12	17	284
18							4	7	11	14	289
24							5	8	11	12	295
30							6	9	10	11	298

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	30	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	30	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	30	20´	TRIPLE		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	30	20´	TRIPLE		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							3	6	12	17	285
12							4	7	11	14	289
18							5	8	11	12	295
24							6	9	10	11	298
30							9	8	9	10	305

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	30	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	30	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	30	20´	TRIPLE		10	9	8			
IMPACTOS	4	30	20´	TRIPLE		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							4	7	11	14	289
12							5	8	11	12	295
18							6	9	10	11	298
24							9	8	9	10	305
30							10	9	8	9	310

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	30	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	30	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	30	20´	TRIPLE		10	9	8			
IMPACTOS	4	30	20´	TRIPLE		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							5	8	11	12	295
12							6	9	10	11	298
18							9	8	9	10	305
24							10	9	8	9	310
30							12	10	7	7	315

NIVEL — **NIVEL 1**

NIVEL 1º **EJERCICIO Nº** 1 **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M **DIANA** 80 R **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	30	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	30	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	30	20´	TRIPLE		10	9	8			
IMPACTOS	4	30	20´	TRIPLE		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	9	10	11	298
12							9	8	9	10	305
18							10	9	8	9	310
24							12	10	7	7	315
30							13	11	7	5	320

SENIOR — **NIVEL 2** — **ROJO**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 36 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							5	8	11	12	295
12							6	9	10	11	298
18							9	8	9	10	305
24							10	9	8	9	310
30							12	10	7	7	315

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 36 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	9	10	11	298
12							9	8	9	10	305
18							10	9	8	9	310
24							12	10	7	7	315
30							13	11	7	5	320

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 36 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							9	8	9	10	305
12							10	9	8	9	310
18							12	10	7	7	315
24							13	11	7	5	320
30							12	14	10		326

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 36 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							10	9	8	9	310
12							12	10	7	7	315
18							13	11	7	5	320
24							12	14	10		326
30							13	15	8		330

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 36 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							12	10	7	7	315
12							13	11	7	5	320
18							12	14	10		326
24							13	15	8		330
30							15	18	3		336

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							5	8	11	12	295
12							6	9	10	11	298
18							9	8	9	10	305
24							10	9	8	9	310
30							12	10	7	7	315

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	9	10	11	298
12							9	8	9	10	305
18							10	9	8	9	310
24							12	10	7	7	315
30							13	11	7	5	320

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							9	8	9	10	305
12							10	9	8	9	310
18							12	10	7	7	315
24							13	11	7	5	320
30							12	14	10		326

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							10	9	8	9	310
12							12	10	7	7	315
18							13	11	7	5	320
24							12	14	10		326
30							13	15	8		330

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							12	10	7	7	315
12							13	11	7	5	320
18							12	14	10		326
24							13	15	8		330
30							15	18	3		336

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							5	8	11	12	295
12							6	9	10	11	298
18							9	8	9	10	305
24							10	9	8	9	310
30							12	10	7	7	315

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7	6	
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	9	10	11	298
12							9	8	9	10	305
18							10	9	8	9	310
24							12	10	7	7	315
30							13	11	7	5	320

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							9	8	9	10	305
12							10	9	8	9	310
18							12	10	7	7	315
24							13	11	7	5	320
30							12	14	10		326

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							10	9	8	9	310
12							12	10	7	7	315
18							13	11	7	5	320
24							12	14	10		326
30							13	15	8		330

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							12	10	7	7	315
12							13	11	7	5	320
18							12	14	10		326
24							13	15	8		330
30							15	18	3		336

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8	7		
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8	7		

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							5	8	11	12	295
12							6	9	10	11	298
18							9	8	9	10	305
24							10	9	8	9	310
30							12	10	7	7	315

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	9	10	11	298
12							9	8	9	10	305
18							10	9	8	9	310
24							12	10	7	7	315
30							13	11	7	5	320

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							9	8	9	10	305
12							10	9	8	9	310
18							12	10	7	7	315
24							13	11	7	5	320
30							12	14	10		326

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							10	9	8	9	310
12							12	10	7	7	315
18							13	11	7	5	320
24							12	14	10		326
30							13	15	8		330

SENIOR — **NIVEL 2**

NIVEL 2º — EJERCICIO Nº 1 — MODALIDAD COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — DIANA 80 R — SECCION AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							12	10	7	7	315
12							13	11	7	5	320
18							12	14	10		326
24							13	15	8		330
30							15	18	3		336

SENIOR — **NIVEL 3** — **AMARILLO**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							13	11	7	5	320
12							12	14	10		326
18							13	15	8		330
24							15	18	3		335
30							6	30			330

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9				

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							12	10	7	7	315
12							13	11	7	5	320
18							12	14	10		326
24							13	15	8		330
30							15	18	3		336

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							13	15	8		330
12							15	18	3		335
18							6	30			330
24							11	25			335
30							15	21			339

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							15	18	3		335
12							6	30			330
18							11	25			335
24							15	21			339
30							21	15			345

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 36 — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										36	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	30			330
12							11	25			335
18							15	21			339
24							21	15			345
30							26	10			350

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							13	11	7	5	320
12							12	14	10		326
18							13	15	8		330
24							15	18	3		335
30							6	30			330

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9				

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							12	10	7	7	315
12							13	11	7	5	320
18							12	14	10		326
24							13	15	8		330
30							15	18	3		336

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							13	15	8		330
12							15	18	3		335
18							6	30			330
24							11	25			335
30							15	21			339

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							15	18	3		335
12							6	30			330
18							11	25			335
24							15	21			339
30							21	15			345

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 40 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										40	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	30			330
12							11	25			335
18							15	21			339
24							21	15			345
30							26	10			350

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							13	11	7	5	320
12							12	14	10		326
18							13	15	8		330
24							15	18	3		335
30							6	30			330

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9				

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							12	10	7	7	315
12							13	11	7	5	320
18							12	14	10		326
24							13	15	8		330
30							15	18	3		336

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							13	15	8		330
12							15	18	3		335
18							6	30			330
24							11	25			335
30							15	21			339

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							15	18	3		335
12							6	30			330
18							11	25			335
24							15	21			339
30							21	15			345

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 3º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 44 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										44	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	30			330
12							11	25			335
18							15	21			339
24							21	15			345
30							26	10			350

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 4º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9	8			

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							13	11	7	5	320
12							12	14	10		326
18							13	15	8		330
24							15	18	3		335
30							6	30			330

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 4º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9	8			
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10	9				

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							12	10	7	7	315
12							13	11	7	5	320
18							12	14	10		326
24							13	15	8		330
30							15	18	3		336

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 4º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							13	15	8		330
12							15	18	3		335
18							6	30			330
24							11	25			335
30							15	21			339

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 4º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							15	18	3		335
12							6	30			330
18							11	25			335
24							15	21			339
30							21	15			345

SENIOR — **NIVEL 3**

NIVEL 4º — **EJERCICIO Nº** 1 — **MODALIDAD** COMPUESTO
DISTANCIA 46 M — **DIANA** 80 R — **SECCION** AIRE LIBRE

ACTIVIDAD	Nº	LECHA	TIEMPO	DIANA	COLOR	10	9	8	7	REC.	POL
CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTOS										46	
IMPACTOS	1	36	20´´	CIEGO A DISTANCIA CORTA							
IMPACTOS	2	36	20´	SIN REFERENCIA							
IMPACTOS	3	36	20´	80 R		10	9				
IMPACTOS	4	36	20´	80 R		10					

	1	2	3	4	5	6	10	9	8	7	
6							6	30			330
12							11	25			335
18							15	21			339
24							21	15			345
30							26	10			350