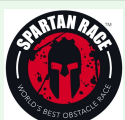




LLUÍS BARBÉ Personal Trainer & OCR Athlete



FASE I TEMPORADA 2019

26/01		EGYPTIAN TOUR	BENIGÁNIM	10 km
17/02		EGYPTIAN TOUR	LA POBLA DE VALLBONA	10 km
10/03		EGYPTIAN TOUR	ELDA	10 km
31/03		OCR SERIES STRONG VIKING	NIJMEGEN	19 km
14/04		OCR SERIES STRONG VIKING	GENT	19 km
04/05		SPARTAN RACE	CARCASSONE	Super (+12km)
11/05		OCR SERIES STRONG VIKING	AMSTERDAM	19 km
19/05		EGYPTIAN TOUR	CULLERA	10 km
25/05		OCR SERIES STRONG VIKING	FRANKFURT	19 km
15/06		OCR SERIES WORLD FINALS STRONG VIKING	NIJMEGEN	19 km
28/06		OCR EUROPEAN CHAMPIONSHIP	POLONIA	3K PRO
29/06		OCR EUROPEAN CHAMPIONSHIP	POLONIA	15K PRO
30/06		OCR EUROPEAN CHAMPIONSHIP	POLONIA	TEAMS RELAY PRO MAN





LLUÍS BARBÉ

Personal Trainer & OCR Athlete



FASE II TEMPORADA 2019

13/07		NUMANTIAN RACE	FUENTELFRESNO	
22/09		WOLF SURVIVAL RACE	CHANTADA	12 km
11/10		OCR WORLD CHAMPIONSHIP	LONDON	3K PRO
12/10		OCR WORLD CHAMPIONSHIP	LONDON	15K PRO
13/10		OCR WORLD CHAMPIONSHIP	LONDON	TEAMS RELAY PRO MAN

Calendario 2019

Enero						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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			

Febrero						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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			

Marzo						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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

Abril						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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					

Mayo						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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		

Junio						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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				

Agosto						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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	

FIN FASE I

Septiembre						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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						

Octubre						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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					

FIN FASE II

Noviembre						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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						

Diciembre						
Lu	Ma	Mi	Ju	Vi	Sa	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					

