

## Series de 100 repeticiones , anotar los metidos

Entradas Derecha	Entradas Izquierda	Tiro de 2 Fuera Zona Derecha	Tiro de 2 Fuerz Zona Izquierda	Triples esquina Derecha	Triples Esquina Izquierda	Entrada Aro Pasado Izquierda	Entrada Aro Pasado Derecha	Paso perdido mano contraria Izquierda	Paso perdido mano contraria derecha
------------------	--------------------	------------------------------	--------------------------------	-------------------------	---------------------------	------------------------------	----------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------




Recordar que son 100 repeticiones x 25 ejercicios, como son 10 ejercicios... se repiten 8 ejercicios 2 veces y 2 ejercicios 3 veces, debéis anotar cuales repetís!, por ejemplo en la caja correspondiente al ejercicio indicais el número de ACIERTOS y Debajo la Repetición con la leyenda. R-1 (Para repetición 1), R-2 (Para Repetición 2) o R-3 (Para la tercera repetición ).

## Series de 250 anotados

Entradas Derecha	Entradas Izquierda	Tiro de 2 Fuera Zona Derecha	Tiro de 2 Fuerz Zona Izquierda	Triples esquina Derecha	Triples Esquina Izquierda	Entrada Aro Pasado Izquierda	Entrada Aro Pasado Derecha	Paso perdido mano contraria Izquierda	Paso perdido mano contraria derecha
------------------	--------------------	------------------------------	--------------------------------	-------------------------	---------------------------	------------------------------	----------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



## 1 x Serie de 2500 Anotados

Entradas Derecha	Entradas Izquierda	Tiro de 2 Fuera Zona Derecha	Tiro de 2 Fuerz Zona Izquierda	Triples esquina Derecha	Triples Esquina Izquierda	Entrada Aro Pasado Izquierda	Entrada Aro Pasado Derecha	Paso perdido mano contraria Izquierda	Paso perdido mano contraria derecha
------------------	--------------------	------------------------------	--------------------------------	-------------------------	---------------------------	------------------------------	----------------------------	---------------------------------------	-------------------------------------

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



En el caso de los 250 y los 2500 anotados, anotar la fecha en las que se han realizado y el tiempo en terminarlo.(F.... T....., F de Fecha, T de Tiempo)