B1A Fecha de entrega: Miércoles, 10 de mayo.

Sesión 1: Miércoles, 10 de mayo. Pista
Sesión 2: Jueves, 11 de mayo. Gimnasio
Sesión 3: Miércoles, 17 de mayo. Pista
Sesión 4: Jueves, 18 de mayo. Gimnasio
Sesión 5: Miércoles, 24 de mayo. Pista
Sesión 6: Jueves, 25 de mayo. Gimnasio
Sesión 7: Miércoles, 31 de mayo. Pista.
Sesión 8: Jueves, 1 de junio (pruebas físicas según tu entrenamiento personal).