



MICROCICLO COMPETITIVO RUGBY



RECUP



CARGA BAJA



CARGA MEDIA



CARGA ALTA

	+1			+2	+3	-3	-2	-1
DIST TOTAL	T	S	NC	👊	🧐	🟢	🟡	🟢
ALTA INT	T	S	NC	🟡	👊	🟢	👊	🟢
CONTACTO	T	S	NC	🟢	👊👊	🟢	🟡	🟢
SPRINTS	T	S	NC	🟡	🧐	🟢	👊👊	🟢
ACC-DEC	T	S	NC	🟡	👊👊	🟢	👊	🟢
CARGA METAB	T	S	NC	👊	👊	🟢	🟡	🟢

T = TITULARES
 S = SUPLENTE
 NC = NO CONVOCADOS

👊 Integrado
 🧐 Analítico
 👊 Unidades

mar_rugby_rugby
 mar_rugby_rugby