



Universidad
Pontificia
de Salamanca

Facultad de Educación

GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD

FISICA Y DEL DEPORTE

TRABAJO FIN DE GRADO

**“APLICACIÓN DE UN PROGRAMA
HIIT EN CICLISTAS AMATEUR”**

Autor: Sergio de la Calle Romero

Tutor: Javier Alves Vas

SALAMANCA, Mayo, 2023