

Horario MULTISPA

Tibás

LUNES

GR
06:00 am
Circuitos
(Ernesto)

P
6:00 am
Natación princ-interm
(Gloriana)

GR
09:00 am
Baile
(Laura)

P
9:00 am
Natación princ-interm
(Adilia)

R
12:00 md
Indoor cycling
(Marco N)

FZ
12:00md
Full body
(Sean)

R
06:00pm
Indoor Cycling
(Mario)

GR
06:00 pm
Baile
(Sylvia)

P
06:00 pm
Natación interm-avanz
(Adilia)

FZ
06:00 pm
Conditioning
(Emanuel S)

GR
07:00 pm
Boxeo
(Esteban)

R
07:00 pm
Indoor cycling
(Mario)

GR
08:00 pm
Yoga
(Mario)

MARTES

GR
06:00 am
Rip 60
(Ernesto)

P
07:00 am
Natación princ-interm
(Alex)

GR
09:00 am
Conditioning
(Ernesto)

GR
10:00 am
Yoga
(Cianne)

FZ
09:00 am
Infinity
(Marilyn)

FZ
12:00 md
Metabólico
(Frank)

R
12:00 md
Indoor cycling
(Dennis)

GR
06:00 pm
Baile
(Horacio)

P
06:00 pm
interm-avanz
(Adilia)

FZ
06:30 pm
Metabólico
(Bryan)

GR
07:00 pm
Yoga
(Cianne)

P
07:00 pm
Natación princ-interm
(Adilia)

R
07:00 pm
Indoor cycling
(Sharon)

MIÉRCOLES

FZ
06:00 am
Metabólico
(Christian)

GR
08:00 am
Baile
(Jenny)

GR
09:00 am
Tone
(Maricruz)

GR
12:00 md
Boxeo
(Esteban)

FZ
12:00 md
Conditioning
(Carmen)

P
12:00 md
Natación princ-interm
(Adilia)

P
4:00 pm a 6:30pm
ESPACIO RESERVADO
PISCINA

P
04:30 pm
Natación niños
(Marianella)

P
05:30 pm
Natación niños
(Marianella)

GR
06:00 pm
Baile
(Sylvia)

FZ
06:00 pm
Full body
(Dennis B)

R
06:00 pm
Indoor cycling
(Marco N)

P
07:00 pm
Natación princ-interm
(Adilia)

GR
07:00 pm
Pilates
(Ernesto)

FZ
07:00pm
Performance
(Ronald H)

JUEVES

GR
06:00 am
Step Fusion
(Ernesto)

P
07:00 am
Natación princ-interm
(Adilia)

GR
08:00 am
Circuitos
(Ernesto)

GR
09:00 am
Pilates
(Ernesto)

P
09:00 am
Infinity
(Marilyn)

FZ
12:00 md
Conditioning
(Christian)

R
12:00 md
Indoor cycling
(Adrian Milano)

GR
06:00 pm
Baile
(Sylvia)

P
06:00 pm
Natación interm-avanz
(Adilia)

FZ
06:30 pm
Cardiohiits
(Bryan)

GR
07:00 pm
Yoga
(Cianne)

P
07:00 pm
Natación princ-interm
(Adilia)

R
07:00 pm
Indoor cycling
(Mario)

VIERNES

GR
06:00 am
Circuito cycling
(Ernesto)

P
06:00 am
Natación princ-interm
(Gloriana)

R
08:00 am
Indoor Cycling
(Marco N)

GR
09:00 am
Mobility
(Maricruz)

P
09:00 am
Natación princ-interm
(Adilia)

FZ
12:00 md
Survivor
(Frank)

R
12:00 md
Indoor Cycling
(Marco N)

GR
06:00 pm
Baile
(Jenny)

P
06:00 pm
Natación interm-avanz
(Pablo)

SÁBADO

P
08:00 am
Natación niños intermedio
(Marianella)

P
09:00 am
Natación niños principiante
(Marianella)

GR
09:00 am
Pilates
(Ernesto)

GR
10:00am
Baile
(Horacio J)

P
10:00 am
Natación princ-interm
(Adilia)

FZ
10:00 am
Conditioning
(Christian)

R
11:00 am
Indoor cycling
(Mario)

R
12:00 md
Indoor cycling
(Mario)

GR
01:00 pm
Yoga
(Mario)

DOMINGO

GR
09:00 am
Conditioning
(Ernesto)

R
10:00am
Indoor Cycling
(Frank)

GR
10:00 am
Baile
(David)

GROUP ROOM = GR — RIDE = R — FIRE ZONE = FZ — PISCINA = P