

# HORARIO

MULTISPA  
HEREDIA

GROUP X  
GROUP TRAINING EXPERIENCE BY MULTISPA

L	K	M	J	V	S	D
6:00 HIFT - ADAM	6:00 HIFT - ADAM SPIN - JOSUÉ	6:00 HIFT - DIEGO	6:00 HIFT - ADAM SPIN - ELADIO	6:00 HIFT - ADAM	6:00	6:00
7:00 HIFT - DIEGO	7:00 HIFT - MARLON	7:00 HIFT - DIEGO	7:00 HIFT - MARLON	7:00 HIFT - DIEGO	7:00	7:00
9:00	8:00	9:00 BARRE - FERNANDA	9:00	9:00	8:00 BARRE - FERNANDA	9:00 SUNDAY MIX
10:00	10:00	11:00	10:00	10:00	9:00 HIFT SPIN	10:00 YOGA - ANAYENSY
12:00 HIFT - MARLON	11:00	12:00 HIFT - CRIS SPIN - ELADIO	12:00 HIFT - DYLSON	11:00	10:00 FRESH ZUMBA - DAVID	11:00
5:00 ZUMBA - JENNY HIFT - JASON	12:00 HIFT - KEVIN	5:00 RIP 60 - JERAMY HIFT	5:00 HIFT	12:00 HIFT - MARLON SPIN - ELADIO	11:00 RIP 60 - JERAMY	12:00
6:00 CAR. BOX - JERAMY	5:00 HIFT - JASON	6:00 ZUMBA - ADRIÁN	5:00 ZUMBA - DÉBORA	5:00	12:00	5:00
6:00 SPIN - CRISTIAN HIFT - DYLSON	6:00 HIFT - CRIS	6:00 SPIN - ELADIO	6:00 HIFT - CRIS	5:30 HIFT	5:00	5:30
7:00 YOGA - ANAYANSY	6:00 ZUMBA - ADAM	6:00 HIFT - JASON	6:00 GAP - JERAMY	6:00 ZUMBA	5:30	6:00
7:00 SPIN - CRISTIAN	7:00 HIFT - CRIS	7:00 GAP - ADAM	7:00 HIFT - JASON	6:30 HIFT - DYLSON	6:00	6:30
7:00 HIFT	7:00 PILATES - DÉBORA SPIN - ALEX	7:00 HIFT - DYLSON	7:00 YOGA - DAVID H. SPIN - JUAN C.	7:00	6:30	7:00