

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	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 SPIN - ELADIO	
12:00 HIFT - MARLON	11:00	12:00 HIFT - CRIS			10:00 FRESH	10:00 YOGA - ANAYENSY
5:00 HIFT - JASON CAR. DANCE - JENNY	12:00 HIFT - KEVIN	SPIN - JOSUÉ	12:00 HIFT - DYLSON	11:00	11:00 ZUMBA - DAVID	11:00
6:00 GAP - ADAM	5:00 HIFT - JASON	5:00 RIP 60 - JERAMY HIFT - LESTER	5:00 HIFT - LESTER	12:00 HIFT - MARLON SPIN - ELADIO	11:00 RIP 60 - JERAMY	12:00
6:00 SPIN - CRISTIAN HIFT - DYLSON	6:00 HIFT - CRIS	6:00 ZUMBA - ADRIÁN	5:00 CAR. DANCE - JACKSON	5:00 CAR. BOX - JERAMY	12:00	5:00
7:00 YOGA - ANAYANSY SPIN - CRISTIAN	6:00 ZUMBA - ADAM	6:00 SPIN - FERNANDA	6:00 HIFT - CRIS	5:30 HIFT - LESTER	5:30	5:30
7:00 HIFT - LESTER	7:00 HIFT - CRIS	6:00 HIFT - JASON	6:00 GAP - JERAMY	6:00 CAR. DANCE - JENNY	6:00	6:00
	7:00 PILATES - ANAYANSY	7:00 HIFT - DYLSON	7:00 HIFT - JASON	6:30 HIFT - DYLSON	6:30	6:30
	7:00 SPIN - FERNANDA	7:30 BARRE - MERLIN	7:00 YOGA - DAVID H.	7:00	7:00	7:00