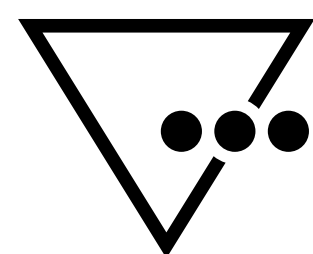




HORARIOS

ALAJUELA

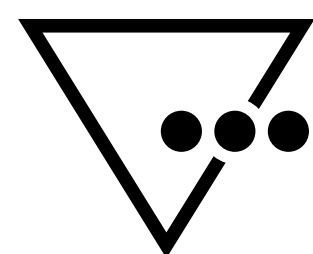


PISCINA

ALAJUELA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
05:00am Natación (Álvaro)	08:00am Natación (Álvaro)	05:00 am Natación (Álvaro)	08:00am Natación (Álvaro)	06:30am Natación (Álvaro)	08:00am Natación (Álvaro)	
06:00am Natación (Álvaro)	12:00pm Natación (Álvaro)	06:00 am Natación (Álvaro)	12:00pm Natación (Álvaro)	12:00pm Natación (Ronald)		
08:00am Natación (Ronald)	05:00pm Natación (Álvaro)	08:00am Natación (Ronald)	05:00pm Natación (Álvaro)			
05:00pm Natación (Álvaro)	06:15pm Natación (Ronald)	05:00 pm Natación (Álvaro)	06:15pm Natación (Ronald)			

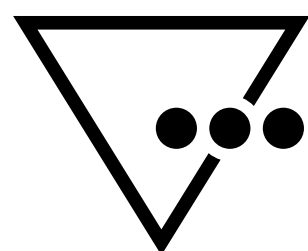
*COSTO ADICIONAL



YOGA - PILATES - BARRE & TONNING

ALAJUELA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
6:00am Rip 60 (Jacson Salazar)	08:30 am Yoga (Tamara)	09:30 am Yoga (Juan José)	09:30 am Tonning GAP (Jeramy)	09:30 am Pilates (Irene Robles)	08:30 am Yoga (Juan José)	09:00 am Yoga-Reset (Tamara)
09:30 am Tonning GAP (Jeramy)	9:30am Barre (Fernanda Quesada)	5:00pm Pilates (Natasha Bonilla)	6:30 pm BARRE (Alejandra)	07:30 pm Yoga-Reset (Tamara)	11:30 am Antigravity (Esther)	
05:30 pm Yoga (Daniela Viquez)	5:30 pm Pilates (Irene Robles)	06:00 pm Yoga (Juan José)				
	06:30 pm Tonning GAP (Jeramy)					



CYCLING & DANCE

ALAJUELA

Lunes

08:30 am
Baile
(Jenny)

06:30 pm
Cycling
(Sebastián
Corrales)

07:30 pm
Cycling
(Sebastián
Corrales)

07:30 pm
Baile
(Jessica)

Martes

6:30 pm
Cycling
(Cristian)

07:30pm
Baile
(Jessica)

Miércoles

05:30 pm
Cycling
(Cristian)

06:30 pm
Cycling
(Cristian)

07:30 pm
Baile
(JP)

Jueves

08:00 am
Cycling
(Cristian)

08:30 am
Baile
(JP)

05:30 pm
Baile
(William)

07:30 pm
Baile
(Jenny)

Viernes

06:30 pm
Baile
(David)

Sábado

10:00 am
Baile
(William)

10:00 am
Cycling
(Kathy Pinto)

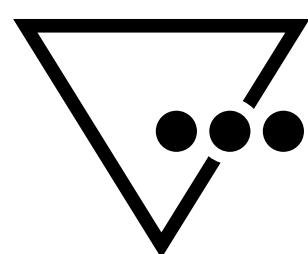
Domingo

10:30 am
Baile
(Jessica)

HORARIO	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
07:00 a.m.	Blend	Metcon	Blend	Metcon	Blend		
08:00 a.m.	Force		Force		Force		
09:30 a.m.						Force	Force
10:30 a.m.							Metcon

05:00 p.m.	Blend	Force	Blend	Force			
05:30 p.m.					Blend		
06:15 p.m.	Force	Metcon	Force	Metcon			





OTRAS MODALIDADES

ALAJUELA

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
08:00 am Programa Cuarta Generación (Katherine Brenes)	05:00am-6:30am *Prog. Mantarrayas (Álvaro)	08:00 am Programa Cuarta Generación (Katherine Brenes)	05:00am - 6:30am *Prog. Mantarrayas (Álvaro)	05:00am-6:30am *Prog. Mantarrayas (Álvaro)	09:00am-10:30am *Prog. Mantarrayas (Álvaro)	
09:00 am Programa Cuarta Generación (Katherine Brenes)	09:00 am Programa Cuarta Generación (Piscina) (Katherine Brenes)	09:00 am Programa Cuarta Generación (Katherine Brenes)	7:00am Prog. Natación Terapéutica (Andrea Brenes)	08:00am Programa Cuarta Generación (Piscina) (Katherine Brenes)		
3:00pm Kids Club (Sofia Lopez)	7:00am Prog. Natación Terapéutica (Andrea Brenes)	3:00pm Kids Club (Sofia Lopez)	04:00 pm Programa Enseñanza Natación (Ronald)	09:00 am Programa Cuarta Generación (Katherine Brenes)		
4:00pm Teens Club (Sofia Lopez)						
06:00pm-7:30pm *Prog. Mantarrayas (Álvaro)	04:00 pm Programa Enseñanza Natación (Ronald)	4:00pm Teens Club (Sofia Lopez)	07:15 pm Programa Balance Artes Marciales (Efraín F)	07:30pm *Programa Academia Rojas (Pedro Rojas)		
07:30pm *Prog. Academia Rojas (Pedro Rojas)	08:00 pm Programa Balance Artes Marciales (Efraín F)	06:00pm-7:30pm *Prog. Mantarrayas (Álvaro)				