MULTISPA

HORARIO

SEDE TURRIALBA

DE LUNES A VIERNES DE 5:30 A.M. A 9:30 P.M. - SÁBADO DE 8 A.M. A 2 P.M. - DOMINGO DE 8 A.M. A 12 P.M.

EVENTOS

Y ACTIVIDADES

ESPECIALES

AGENDA MULTISPA
EXPERIENCIAS DEL MES DE
NOVIEMBRE 2026

Viernes 06
5:00 - 8:00 pm
DJ PUMP

Entrená guiado por todos nuestros entrenadores

Staff de coaches

Viernes 13
5:00 pm

FIT PARA EXPLORAR:
Entrenamiento de fuerza enfocado en voleibol

Staff de coaches

Miércoles 18

Clase de pilates:
enfocada en glúteo, abdomen y piernas

Coach: Isabel

Viernes 27
5:00 pm

Academia de Movimiento Multispa Turrialba:
Fundamento: Core Inteligente

Staff de coaches

Horario regular

CLASES GRUPALES

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
07:00 am **Spinning** (Jimmy)	5:00 pm **Barre** (Fiorella)	07:00 am **Yoga** (Josué)	6:00 pm **Spinning** (Jimmy)	08:00 am **Pilates** (Isabel)	9:00 am **Spinning** (Esteban)
6:00 pm **Baile** (Adolfo)	6:00 pm **Spinning** (Adolfo)	5:00 pm **Pilates** (Isabel)		6:00 pm **Barre** (Fiorella	10:00 am **Baile** (Daniela)
7:15 pm **Spinning** (Jimmy)	7:15 pm **Yoga** (AnaLía)	6:00 pm **Baile** (Carlos)	7:15 pm **Yoga** (Tatiana)		