

FREE!

March 2023

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
26	27	28	1 Zumba Spanish/English 11:30 AM	2 Circuit/Strength Training 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	3 Line Dancing 1:00 PM	4 Zumba English 10:30 AM
5	6 Cardio Mix 5:30 PM	7 Chair Yoga/Barre 11:30 AM Circuit/Strength Training 2:15 PM	8 Zumba Spanish/English 11:30 AM	9 Circuit/Strength Training 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	10 Line Dancing 1:00 PM	11 Zumba Spanish/English 10:30 AM
12	13 Cardio Mix 5:30 PM	14 Chair Yoga/Barre 11:30 AM Circuit/Strength Training 2:15 PM	15 Zumba Spanish/English 11:30 AM	16 Acres Home MSC Senior Expo event 10:00am Circuit/Strength Training 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	17 Line Dancing 1:00 PM	18 Zumba English 10:30 AM
19	20 Cardio Mix 5:30 PM	21 Chair Yoga/Barre 11:30 AM Circuit/Strength Training 2:15 PM	22 Zumba Spanish/English 11:30 AM	23 Circuit/Strength Training 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	24 Line Dancing 1:00 PM	25 Zumba Spanish/English 10:30 AM
26	27 Cardio Mix 5:30 PM	28 Chair Yoga/Barre 11:30 AM Circuit/Strength Training 2:15 PM	29 Zumba Spanish/English 11:30 AM	30 Circuit/Strength Training 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	31 Line Dancing 1:00 PM	1

6719 W. Montgomery Rd. Houston, 77091

GRATIS!

Marzo 2023

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
26	27	28	1 Zumba español / inglés 11:30 AM	2 Entrenamiento en circuito 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	3 Baile en línea 1:00 PM	4 Zumba en inglés 10:30 AM
5	6 Cardio Mix 5:30 PM	7 Yoga en silla 11:30 AM Entrenamiento en circuito 2:15 PM	8 Zumba español / inglés 11:30 AM	9 Entrenamiento en circuito 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	10 Baile en línea 1:00 PM	11 Zumba español / inglés 10:30 AM
12	13 Cardio Mix 5:30 PM	14 Yoga en silla 11:30 AM Entrenamiento en circuito 2:15 PM	15 Zumba español / inglés 11:30 AM	16 Acres Home MSC Expo para Personas Mayores 10:00 AM Entrenamiento en circuito 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	17 Baile en línea 1:00 PM	18 Zumba en inglés 10:30 AM
19	20 Cardio Mix 5:30 PM	21 Yoga en silla 11:30 AM Entrenamiento en circuito 2:15 PM	22 Zumba español / inglés 11:30 AM	23 Entrenamiento en circuito 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	24 Baile en línea 1:00 PM	25 Zumba español / inglés 10:30 AM
26	27 Cardio Mix 5:30 PM	28 Yoga en silla 11:30 AM Entrenamiento en circuito 2:15 PM	29 Zumba español / inglés 11:30 AM	30 Entrenamiento en circuito 4:00 PM Cardio Mix 5:30 PM	31 Baile en línea 1:00 PM	1

6719 W. Montgomery Rd. Houston, 77091