SICOR | Servicios integrales GYM

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
7:00						
7:30	PILATES EXPRÉS ¡Nueva!		FUERZA			
8:00				BODYBALANCE		
8:30						
9:00						
9:30	"QUEMAGRASAS"			GAP		
10:00			Equilibrio, Propiocepción			
10:30	PILATES I 10:30 -11:15 PILATES II 11:15 -12:00	CARDIO	RÉLAX + ESTIRAMIENTOS			
11:00				SENIOR	PILATES I	TRX
11:30						
12:00					SH'BAM	
12:30						
13:00		BANDAS ELÁSTICAS				GAP
13:30						
14:00	GLOBAL TONO	BODYBALANCE	GAP	PILATES II		
14:30		"QUEMAGRASAS"	SH'BAM			
15:00					ISOMETRICO	
15:30						
16:00						
16:30						
17:00				BRUTUS		
17:30						
18:00	LesMills SH'BAM	PILATES II	TRX		LesMills BODYBALANCE	
18:30			CROSSTRAINING			
19:00	FUNCIONAL		LesMills BODYBALANCE	LesMills BODYCOMBAT	SH'BAM	
19:30					BOXEO	
20:00		LesMills BODYCOMBAT				
20:30	BANDAS ELÁSTICAS		PILATES EXPRÉS ¡Nueva!	GAP		
21:00						
21:30						
22:00						

Contacto:info@mega2gym.com
Teléfono: 673600789
Web: www.mega2gym.es .Horario: L-V 7:00- 22:00, Sábados 10:00- 14:00