

Lunes a Viernes de 07 a 23 hs - Sábados de 09 a 21 hs - Feriados de 10 a 13 hs y de 18 a 21 hs

SALÓN 1

🕒	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
08.15	FUNCIONAL		FUNCIONAL		FUNCIONAL	
09.15		PILATES MAT		PILATES MAT		
09.30	STRETCHING		PILATES MAT		STRETCHING	
10.30		RITMOS		RITMOS		
11.00						YOGA DINÁMICO
18.00		RITMOS		RITMOS		
18.30	YOGA FITNESS		YOGA FITNESS		YOGA FITNESS	
19.00		HIIT 30.30				
19.30	BODYCOMBAT®	PILATES MAT	STRETCHING	PILATES MAT	STRETCHING	
20.30	RITMOS	BODYCOMBAT®	RITMOS	BODYCOMBAT®		

SALÓN 2

🕒	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
08.15		LOCAL		LOCAL		
09.15	LOCAL		LOCAL		LOCAL	
10.15		BODYCOMBAT®		BODYCOMBAT®		LOCAL
10.30	BODYPUMP®		BODYPUMP®		BODYPUMP®	
11.30						STRETCHING
15.30	LOCAL	STRETCHING	LOCAL	STRETCHING	LOCAL	
16.30	STRETCHING					
18.00		BODYPUMP®		BODYPUMP®		BODYPUMP®
18.15	LOCAL		LOCAL		BODYPUMP®	
19.15	BODYPUMP®	BODYCOMBAT®	BODYPUMP®	BODYCOMBAT®		
19.30					HIIT 30.30	
20.15		LOCAL		LOCAL		
20.30	FUNCIONAL		FUNCIONAL			

INDOOR CYCLE

🕒	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
09.00	SPINNING		SPINNING		RPM®	
09.15		RPM®		RPM®		
10.00						SPINNING
18.00	SPINNING					
18.30		HIIT 30.30				
19.00	SPINNING	SPINNING	RPM®	SPINNING	RPM®	SPINNING
20.00	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	HIIT 30.30	



Se deberá firmar un Par-Q declarando que se encuentra en óptimas condiciones para realizar actividad física. En caso contrario, se deberá presentar obligatoriamente un certificado de aptitud física.



alwaysgym.com.ar



[alwaysgym_oficial](https://www.instagram.com/alwaysgym_oficial)



Always Gym