

**AMPM GYM - MITRE 2135, JOSE MARMOL**

INSTAGRAM: @AMPMPGYM

TIK TOK: @AMPMPGYM

FACEBOOK: AMPM GYM

WHATSAPP: 11-6082-6921

WWW.AMPMPGYM.COM.AR

INFO@AMPMPGYM.COM.AR

**HORARIOS****SALON MUSCULACION**

Horario	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
8:00 - 9:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
9:00 - 10:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION
10:00 - 11:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION
11:00 - 12:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION
12:00 - 13:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION
13:00 - 14:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
14:00 - 15:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
15:00 - 16:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
16:00 - 17:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
17:00 - 18:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
18:00 - 19:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
19:00 - 20:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
20:00 - 21:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	
21:00 - 22:00	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	MUSCULACION	

**SALON FITNESS**

Horario	Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes	Sabado
8:00 - 9:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	AEROGAP	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	AEROGAP	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	
9:00 - 10:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ZUMBA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ZUMBA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	AEROGAP
10:00 - 11:00	ENT. FUNCIONAL (de bajo impacto)	STRETCHING	ENT. FUNCIONAL (de bajo impacto)	YOGA	ENT. FUNCIONAL (de bajo impacto)	ZUMBA
11:00 - 12:00						STRETCHING
12:00 - 13:00						POWER BAR
13:00 - 14:00						
14:00 - 15:00						
15:00 - 16:00						YOGA
16:00 - 17:00						
17:00 - 18:00		STRETCHING		STRETCHING		
18:00 - 19:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	AEROGAP	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	AEROGAP	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	
19:00 - 20:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ZUMBA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ZUMBA	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	
20:00 - 21:00	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	AEROBOX + POWER BAR	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	AEROBOX + POWER BAR	ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	