

GYM TÔNICO - WELLNESS CENTER

	2ª FEIRA				3ª FEIRA				4ª FEIRA				5ª FEIRA				6ª FEIRA				SÁBADO			
	Est. 3	Est. 4	Cycle	Pool	Est. 3	Est. 4	Cycle	Pool	Est. 3	Est. 4	Cycle	Pool	Est. 3	Est. 4	Cycle	Pool	Est. 3	Est. 4	Cycle	Pool	Est. 3	Est. 4	Cycle	Pool
07:00				MANU 07:00																				
07:15																								
07:30																								
07:45																								
08:00																								
08:15																								
08:30																								
08:45																								
09:00																								
09:15																								
09:30																								
09:45																								
10:00																								
10:15																								
10:30																								
10:45																								
11:00																								
11:15																								
11:30																								
11:45																								
12:00																								
12:15																								
12:30																								
12:45																								
13:00																								
13:15																								
13:30																								
13:45																								
14:00																								
14:15																								
14:30																								
14:45																								
15:00																								
15:15																								
15:30																								
15:45																								
16:00																								
16:15																								
16:30																								
16:45																								
17:00																								
17:15																								
17:30																								
17:45																								
18:00																								
18:15																								
18:30																								
18:45																								
19:00																								
19:15																								
19:30																								
19:45																								
20:00																								
20:15																								
20:30																								
20:45																								
21:00																								
21:15																								
21:30																								
21:45																								
22:00																								

ENCERRAMOS DOMINGOS E FERIADOS

253 263 004 / 962 030 190 / geral@gymtonico.com

PERSONAL TRAINING / MUSCULAÇÃO

- 2ª a 6ª das 7H00 às 22H00
- Sábados das 9H00 às 13H00 - das 16H00 às 20H00

Cardio

Corpo&Mente

Tonificação

Água

MANUTENÇÃO DA PISCINA