

Abbonamenti Body Building

1 Mese	€ 60	ISCRIZIONE € 15
2 Mesi	€ 115	ISCRIZIONE INCLUSA
3 Mesi	€ 165	ISCRIZIONE INCLUSA

12 Mesi UNICA SOLUZIONE € 350

12 rate da € 33 Hellofin/Pagodil
Totale € 396

ISCRIZIONE INCLUSA

Abbonamenti Full Open 9 prenotazioni settimanali

1 Mese	€ 65	ISCRIZIONE € 15
2 Mesi	€ 125	ISCRIZIONE INCLUSA
3 Mesi	€ 180	ISCRIZIONE INCLUSA

12 Mesi UNICA SOLUZIONE € 399

12 rate da € 39 Hellofin/Pagodil
Totale € 468

ISCRIZIONE INCLUSA

SCHEDA PERSONALIZZATA € 30

PERSONAL TRAINER € 30 1 ORA € 10 5 ORE

- 1 INGRESSO B.B. € 12
- 1 INGRESSO FULL OPEN € 13
- 5 INGRESSI B.B. € 50 (entro 1 mese)
- 5 INGRESSI Open € 55 (entro 1 mesi)

Kung Fu

Mer/Ven ore 12.30 – Esercizi di seta	1 mese € 60,00
Mar/Gio ore 20.00 – Kung Fu	1 mese € 60,00
Kung Fu + BodyBuilding	1 mese € 100,00
Kung Fu + Open	1 mese € 110,00

SALA 4

Orario

Body Building

Lun - Ven:	07.00/22.00
Sabato:	07.30/19.00
Domenica:	08.00/13.00

Orario Assistenza sala Body Building

Lun / Ven:	09.00 - 21.00
Sab:	09.00 – 13.00 / 16.00 - 19.00
Domenica	09.30 – 13.00

Mega Gym S.r.l. Via A. Zotti, 41/49 00121
www.megagym.it info@megagym.it
06-5693788



GIUGNO 2023

Orario Palestra

Lun - Ven:	07.00 / 22.30
Sabato:	07.30 / 19.30
Domenica	08.00 / 13.30

Mega Gym S.r.l. Via A. Zotti, 41/49 00121
www.megagym.it info@megagym.it
06-5693788

FITNESS SALA 1

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	Domenica
09.00	Full Body		Dynamic Tone		Elastic Tone	H.I.I.T.
10.00	Pump		H.I.I.T.		Pump	
10.30		Prepugilistica		Prepugilistica		
16.00	Prepugilistica		Prepugilistica		Prepugilistica	
17.00						
17.15	Circuit Training		Circuit Training		Circuit Training	
18.00		Dynamic Tone		Strong Nation		
18.30	Pump		H.I.I.T.		Pump	
19.00		Pump		Pump		
19.30	Dynamic Tone		Total Body		Dynamic Tone	
20.10		Prepugilistica		Prepugilistica		

POSTURALE SALA 3

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
07.30		Pancafit - Posturale		Postural training		08.00 Pancafit - Posturale
08.30		Pancafit - Posturale		Postural training		09.00 Pancafit - Posturale
10.00	Pilates		Pilates		Pilates	
12.30			Esercizi di seta		Esercizi di seta	
15.00	Pancafit-Posturale		Pancafit-Posturale		Pancafit-Posturale	
17.00	Yoga		Yoga		Yoga	
17.00		Pancafit - Posturale		Pancafit - Posturale		
18.00	Pancafit - Posturale	Pilates	Stretching	Pilates	Pancafit - Posturale	
19.00	Pancafit - Posturale		Postural training		Pancafit - Posturale	
20.00	Pancafit - Posturale	Kung Fu	Postural training	Kung Fu	Pancafit - Posturale	

SPINNING SALA 2

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
09.00						Spinning	10.15 Long Ride
08.20		Spinning		Spinning			
13.30							
17.30	Spinning	Spinning	Spinning	Spinning	Spinning		
18.30		Spinning		Spinning			
19.30	Spinning		Spinning		Spinning		

**Si può prenotare
max 1 lezione di
posturale al giorno**

I CORSI SI POSSONO
SVOLGERE PRENOTANDO
TRAMITE L'APP
“[SPORTCLUBBY](#)”
O CHIAMANDO IN
SEGRETERIA 06-5693788

LE PRENOTAZIONI
VALGONO PER
LA SALA 1 - SALA 2 -
SALA 3

NELL'ABBONAMENTO
FULL OPEN E' INCLUSA
LA SALA
BODY BUILDING