



NUEVO HORARIO A PARTIR DEL 17 DE JULIO

**HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS**

CLASES CARDIO
CLASES TONIFICACIÓN
CLASES AQUÁTICAS
CLASES CUERPO Y MENTE
CLASES RITMOS

C/ Fortuny, 25 Tarragona  
 T. 977 266 457  
[www.orion-fitness.com](http://www.orion-fitness.com)  
[orion@orion-fitness.com](mailto:orion@orion-fitness.com)  
[www.facebook.com/orionfitnesscenter](https://www.facebook.com/orionfitnesscenter)

LUNES		SALA	MARTES		SALA	MIÉRCOLES		SALA	JUEVES		SALA	VIERNES		SALA
7:15	BRZ/PEC/GLU	SF	7:15	TRX ABD	SF	8:00	BODY PUMP	C	7:15	ABDOMINALES	SF	8:00	TONIFICACIÓN	B
8:00	MANTO 45'	B	8:00	AEROCICLING	A	9:15	AEROCICLING	A	8:00	SH'BAM	B	8:30	BODY COMBAT 45'	B
9:00	HIIT 30'	SF	9:15	BODY PUMP	C	9:30	AQUAGYM	P	9:15	MANTENIMIENTO	B	9:30	AQUALATINOS	P
9:30	FULL CICLING 30'	A	9:30	AQUAGYM	P	11:00	MANTO	B	10:00	AQUAGYM	P	10:45	ZUMBA	B
9:30	AQUAGYM	P	10:45	ZUMBA	B	11:00	TRX	SF	11:00	HIIT BOX	C	12:30	HIIT 30'	SF
10:30	PILATES STRECH	B	12:00	HIIT	SF	12:00	HIIT 30'	SF	13:30	ABDOMINALES	SF	14:00	TRX EXTREM	C
12:00	HIIT 30'	SF	14:15	AEROCICLING	A	13:30	GAP	SF	14:15	BODY PUMP EXPRESS	C	15:30	ABDOMINALES 30'	SF
13:30	GAP	SF	15:30	B. COMBAT EXTREM	B	14:15	BODY COMBAT	B	15:30	AEROCICLING	A	18:00	GAP - TRX	SF
14:15	MANTO	B	16:30	GAP 30'	SF	15:30	HIIT 30'	SF	18:30	BODY PUMP	C	18:30	CARDIO BOX	C
15:30	AEROCICLING	A	17:30	HIIT 30'	SF	16:30	AQUASALUD	P	19:15	SH'BAM	B	19:30	ZUMBA	B
16:30	HIDROFIT	P	18:15	ZUMBA	B	18:00	TRX	C	19:30	AEROCICLING	A	19:30	HIIT 30'	SF
18:00	HIIT 30'	SF	18:30	AEROCICLING	A	18:45	STEP TONO	B	20:00	HIIT 30'	SF	19:45	AQUAGYM	P
18:15	MANTO	B	18:45	ABDOMINALES 30'	C	19:00	TRX	C	20:00	STRECH	B	20:30	BODY PUMP	C
19:00	TONIFICACIÓN 30'	C	19:00	HIIT PLAYA	-	19:30	BODY COMBAT	B	20:30	AEROFIT	B			
19:15	SH'BAM	B	19:30	BODY PUMP	C	19:45	AQUAGYM	P						
19:45	AQUAGYM	P	20:00	STRECH	B	20:30	STRECH	B						
20:00	HIIT 30'	SF	20:00	ABDOMINALES 20'	SF	20:30	HIIT 30'	SF						
20:15	BODY COMBAT	B	20:30	MANTENIMIENTO	B									
20:45	AEROCICLING	C	20:30	HIIT 30'	SF									

BADO JULIO 2017			
01/07/2017	11:30 ZUMBA	15/07/2017	11:30 ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
	19:00 AEROCYCLING		19:00 AEROCYCLING
08/07/2017	11:30 CARDIOBOX	29/07/2017	11:30 CIRCUITO TONO SALA FITNESS
	19:00 TONO EXTREM		19:00 CARDIOBOX

\* 74 CLASES PRESENCIALES DIRIGIDAS INCLUIDAS EN QUOTA  
 \* 18 CLASES PRESENCIALES DIRIGIDAS DE CROSSTRAINING, GRAVITY Y KANGOOCON PLAZAS LIMITADAS NO INCLUIDAS EN QUOTA (PÍDENOS MÁS INFORMACIÓN EN RECEPCIÓN)  
 \* CLASES VIRTUALES DE CYCLING DURANTE TODO EL DÍA DE 7:00 DE LA MAÑANA A 22:00 DE LA NOCHE  
 \* SÁBADO MAÑANA Y TARDE TAMBIÉN REALIZAMOS CLASES DIRIGIDAS. CONSULTAR HORARIOS  
 Las clases tienen una duración de 45' menos Body Pump y Ciclo Tono de 55' y las de 30' indicadas en horario.  
 La Dirección se reserva el derecho de realizar las modificaciones que crea oportunas en este horario para un mejor servicio.