

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS



	LUNES	SALA	MARTES	SALA	MIÉRCOLES	SALA	JUEVES	SALA	VIERNES	SALA		
MAÑANA	7:15	CIRCUITO	SF	7:15	TRX FUNCIONAL	C	7:15	GAP 30'	SF	8:00	TONIFICACIÓN	B
	8:00	MANTO	B	8:00	CLICLING	A	8:00	TONIFICACIÓN	B	8:00	TONIFICACIÓN	B
	9:00	HIIT 30'	SF				9:00	TONIFICACIÓN 30'	SF	9:15	MANTO	B
	9:30	FULL CICLING	A	9:15	BODY PUMP	C	9:15	BODY COMBAT	B	9:30	AQUAZUMBA	P
	9:30	AQUAGYM	P	9:30	AQUAGYM	P	9:30	POWERPOOL	P			
	9:30	BALANCE STRECH	B									
	10:15	POWERPOOL	P	10:15	AQUAGYM	P	10:15	AQUAGYM	P			
	11:15	IOGA BALANCE	B	10:45	ZUMBA	B	11:00	TRX	SF			
						11:00	MANTO	B				
MEDIO DIA	12:00	HIIT 30'	SF	12:00	HIIT 30'	SF	12:00	HIIT 30'	SF			
	13:30	HIIT 30'	SF	13:30	ABDOMINALES 30'	SF	13:30	TRX	SF	13:30	HIIT 30'	SF
	14:15	MANTO	B	14:15	CLICLING	A	14:15	BODY COMBAT	B	14:15	BODY PUMP	C
	15:30	CLICLING	A	15:30	BODY PUMP	C	15:30	IOGA	A	15:30	TONIFICACIÓN	B
TARDE	16:30	HIDROFIT	P	16:30	GAP 30'	SF	16:30	AQUASALUD	P	16:30	AQUASALUD	P
	18:00	IOGA	B	17:30	HIIT 30'	SF	18:00	TRX	C			
	18:15	MANTO	C	18:00	CARDIOBOX	C	18:00	TRX	C	18:00	GAP / TRX	SF
	18:30	HIIT 30'	SF	18:15	ZUMBA	B	18:30	STEP TONO	B	18:15	SH'BAM	B
				18:30	CICLING	A	18:30	PILATES	A	18:30	BODY PUMP	C
				18:45	ABDOMINALES 30'	C	18:30	PILATES	A	18:30	CARDIOBOX	C
	19:00	TRX FUNCIONAL	C				19:00	HIIT 30'	SF			
	19:15	SH'BAM	B	19:15	PILATES	B	19:10	IOGA	B	19:15	TONO - ABD	SF
	19:30	ABDOMINALES 30'	C	19:30	BODY PUMP	C	19:30	BODY COMBAT	B	19:15	ZUMBA	B
	19:45	AQUAGYM	P	20:00	ABD TONO	B	19:30	ABD - TONO	C			
	20:15	BODY COMBAT	B				19:45	AQUAGYM	P	19:45	AQUAGYM	P
	20:30	HIIT 30'	SF				20:15	PILATES STRECH	A	20:15	BODY PUMP	C
20:30	CICLING	A				20:30	HIIT 30'	SF				
21:00	ABDOMINALES 30'	SF	20:45	TONIFICACIÓN	C							
						20:45	TONO - TRX	C				

CLASES SÁBADO ABRIL 2018	
	10:30 SALSA
07/04/2018	11:30 TONOSTRECH
	19:00 HIIT
14/04/2018	11:30 HIIT
	19:00 SH'BAM
21/04/2018	10:30 SALSA
	11:30 TRX-ABD
	19:00 CICLING
28/04/2018	11:30 CARDIOBOX
	19:00 HIIT

* 97 CLASES PRESENCIALES DIRIGIDAS INCLUIDAS
 * 16 CLASES PRESENCIALES DIRIGIDAS LIMITADAS NO INCLUIDAS EN CUOTA
 * CLASES VIRTUALES CYCLING
 DE 7:00 A 22:00

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

C/ Fortuny, 25 Tarragona
 T. 977 226 457
www.orion-fitness.com
orion@orion-fitness.com
facebook.com/orionfitnesscenter

La Dirección se reserva el derecho de realizar las modificaciones que crea oportunas en este horario para un mejor servicio.