

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	9:15	BODY PUMP	C	9:00	TONIFICACIÓN 30'	SF	9:15	MANTO	B
	9:30	FULL CICLING	A	9:30	AQUAGYM	P	9:15	BODY COMBAT	B	9:30	AQUAZUMBA	P
	9:30	AQUAGYM	P									
	9:30	BALANCE STRECH	B	10:15	AQUAGYM	P	10:15	AQUAGYM	P			
	10:15	POWERPOOL	P	10:45	ZUMBA	B	11:00	TRX	SF			
						11:00	MANTO	B	11:30	PILATES	B	
	11:15	IOGA BALANCE	B									
MEDIO DIA	12:00	HIIT 30'	SF	12:00	HIIT 30'	SF	12:00	HIIT 30'	SF	12:30	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
									15:30	CARDIOBOX	C	
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	SH'BAM	B
	18:15	MANTO	C	18:00	CARDIOBOX	C	18:30	STEP TONO	B	18:30	BODY PUMP	C
	18:30	HIIT 30'	SF	18:15	ZUMBA	B	19:00	HIIT 30'	SF	18:30	PILATES	A
				18:30	CICLING	A				19:10	IOGA	B
	19:00	TRX FUNCIONAL	C	18:45	ABDOMINALES 30'	C				19:15	TONO - ABD	SF
										19:15	ZUMBA	B
	19:15	SH'BAM	B	19:15	PILATES	B	19:30	BODY COMBAT	B			
	19:30	ABDOMINALES 30'	C	19:30	BODY PUMP	C	19:30	ABD - TONO	C	19:30	HIIT 30'	SF
				20:00	ABD TONO	B	19:45	AQUAGYM	P	19:30	CICLOTRAINING	A
	19:45	AQUAGYM	P									
	20:15	BODY COMBAT	B				20:15	PILATES STRECH	A	20:15	BALANCE STRECH	B
	20:30	HIIT 30'	SF	20:45	CROSSTRAINING	C	20:30	HIIT 30'	SF	20:45	TONO - TRX	C
	20:30	CICLING	A									
21:00	ABDOMINALES 30'	SF										

CLASES SÁBADO JUNIO 2018	
02/06/2018	11:30 CIRCUITO EXTREM 19:00 CROSSORION
09/06/2018	11:30 SH'BAM 19:00 BODY PUMP
16/06/2018	11:30 HIIT 19:00 CICLING
23/06/2018	11:30 TRX 19:00 CARDIOBOX
30/06/2018	11:30 CROSSORION 19:00 TRX

* 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.