

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS

	LUNES	SALA	MARTES	SALA	MIÉRCOLES	SALA	JUEVES	SALA	VIERNES	SALA		
MAÑANA	7:15	CIRCUITO 30'	SF	7:15	TRX FUNCIONAL 30'	SF	7:15	GAP 30'	SF	7:15	TONIFICACIÓN	B
	8:00	MANTO	B	8:00	CLICLING	A	8:00	TONIFICACIÓN	B	8:00	TONIFICACIÓN	B
	9:00	HIT 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	PILATES	B				10:00	AQUAGYM	P	10:30	ZUMBA	B
				10:45	ZUMBA	B	10:30	PILATES BALANCE	B			
	11:00	IOGA STRECH 30'	B							11:30	PILATES	B
	11:30	HIT 30'	SF				11:30	TRX E FUNCIONAL	SF			
MEDIO DIA	13:30	HIT 30'	SF	13:30	ABD 30'	SF	13:30	TRX 30'	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	B	15:30	TONIFICACIÓN	B
TARDE	16:30	HIDROFIT	P	17:30	HIT 30'	SF	16:30	AQUASALUD	P	18:00	GAP TRX 30'	SF
	18:00	IOGA	B	18:00	CARDIOBOX	C	18:00	TRX	C	18:15	SH'BAM	B
	18:15	MANTO	C	18:15	ZUMBA	B	18:00	ENTRENAMIENTO Z CHICAS	SF	18:30	BODY PUMP	C
				18:30	CICLING	A	18:30	STEP TONO	B	18:30	PILATES	A
				18:30	HITT 30'	SF	18:30	HITT 30'	SF			
	19:00	TRX FUNCIONAL	SF	18:45	ABD 30'	C				19:10	IOGA	B
	19:15	SH'BAM	B	19:00	ENTRENAMIENTO Z CHICOS	SF				19:15	ZUMBA	B
	19:30	ABD 30	SF	19:15	PILATES	B	19:30	BODY COMBAT	B	19:30	ABD -TONO 30'	SF
				19:30	BODY PUMP	C	19:45	ABD - TONO 45'	C	19:45	AQUAGYM	P
	19:45	AQUAGYM	P				19:45	AQUAGYM	P			
	20:15	BODY COMBAT	B	20:00	TONO ABD	B	20:15	PILATES STRECH	A	20:15	BODY PUMP	C
	20:30	HIT 30'	SF				20:30	HIT 30'	SF			
	20:30	CICLING	A							20:30	TONIFICACION	C
21:00	ABD 30	SF	20:45	CROSSTRaining	C							



CLASES SÁBADO AGOSTO 2018	
04/08/2018	11:30 TONO-ABD 19:00 CROSSORION
11/08/2018	11:30 TRX EXTREM 19:00 HIIT
18/08/2018	11:30 HIIT 19:00 CIRCUITO EXTREM
25/08/2018	11:30 CROSSTRaining 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.