

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	8:00	TONIFICACIÓN	B
	8:00	MANTO	B	8:00	CLICLING	A	8:00	TONIFICACIÓN	B	9:00	TONIFICACIÓN 30'	SF
	9:00	HIT 30'	SF				9:00	BODY COMBAT	B	9:15	MANTO	B
	9:30	FULL CICLING	A	9:15	BODY PUMP	C	9:15	CICLING	A	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				10:15	PILATES	B			
	11:00	IOGA STRECH 30'	B	10:45	ZUMBA	B						
	11:30	HIT 30'	SF				11:30	TRX E FUNCIONAL	SF	11:30	PILATES	B
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
									12:30	HIIT 30'	SF	
									14:00	TRX EXTREM	SF	
									15:30	CARDIOBOX	C	
TARDE	16:30	HIDROFIT	P	17:30	HIT 30'	SF	16:30	AQUASALUD	P			
	18:00	IOGA	B	18:00	CARDIOBOX	C	18:00	TRX	C	18:00	GAP TRX 30'	SF
	18:15	MANTO	C	18:15	ZUMBA	B	18:00	ENTRENAMIENTO Z CHICAS	SF	18:30	CARDIOBOX	C
				18:30	CICLING	A	18:30	STEP TONO	B			
	19:00	TRX FUNCIONAL	SF	18:30	HITT 30'	SF	18:30	HITT 30'	SF			
				18:45	ABD 30'	C				18:15	SH'BAM	B
	19:15	SH'BAM	B	19:00	ENTRENAMIENTO Z CHICOS	SF				18:30	BODY PUMP	C
	19:30	ABD 30	SF	19:15	PILATES	B				18:30	PILATES	A
	19:45	AQUAGYM	P	19:30	BODY PUMP	C	19:30	BODY COMBAT	B	19:10	IOGA	B
	20:15	BODY COMBAT	B	20:00	TONO ABD	B	19:30	ABD - TONO 45'	C	19:30	HIT 30'	SF
	20:30	HIT 30'	SF				19:45	AQUAGYM	P	19:30	CICLOTRAINING	A
	20:30	CICLING	A	20:45	CROSSTRAINING	C	20:15	PILATES STRECH	A	20:15	BALANCE STRECH	B
	21:00	ABD 30	SF				20:30	HIT 30'	SF	20:15	BODY PUMP	C
										20:30	TONIFICACION	C



CLASES SÁBADO SEPTIEMBRE 2018

01/09/2018	11:30 HIIT SF 19:00 CROSSORION SF
08/09/2018	11:30 TRX E FUNCIONAL SF 19:00 TONO EXTREM SF
15/09/2018	11:30 CROSSORION SF 19:00 HIIT SF
22/09/2018	11:30 CARDIOBOX 19:00 TRX E FUNCIONAL SF
29/09/2018	11:30 CIRCUITO EXTREM SF 19:00 CICLING

* 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.