

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS



	LUNES	SALA	MARTES	SALA	MIÉRCOLES	SALA	JUEVES	SALA	VIERNES	SALA					
MAÑANA	7:15	HIIT 30' / ABD 30'	SF	7:15	CIRCUITO 30'	SF	7:30	CICLING	A	7:30	TRX FUNCIONAL 30'	SF			
	8:00	CICLING	A	8:00	MANTO	B	8:00	ABD 30'	SF	8:00	ZUMBA	B			
	9:15	TONIFICACIÓN	C	9:15	BODY PUMP	C	8:30	STEP	B	8:00	TONO STRONG	SF			
	9:30	AQUAGYM	P	9:30	POWEPOOL	P	9:15	BODY COMBAT	B	9:15	TONIFICACIÓN 45'	B			
	10:15	AQUAGYM	P	9:30	AQUAGYM	P	9:30	AQUAGYM	P	9:30	AQUAZUMBA	P			
	11:15	IOGA STRECH	B	10:15	AQUAGYM	P	10:15	AQUAGYM	B	10:30	ZUMBA	B			
			10:45	ZUMBA	B	11:15	TONIFICACIÓN	B	11:15	PILATES BALANCE	B				
MEDIO DIA	12:00	GAP 30'	SF				12:00	GAP 30'	SF						
	13:30	HIIT 30'	SF	13:30	ABD 30'	SF	12:30	TRX / ABD 30'	SF						
	14:15	ZUMBA	B	14:15	BODY PUMP	C	13:30	TRX 30'	SF	13:30	HIIT 30'	SF			
	15:30	BODY PUMP 45'	C	15:30	CICLING	A	14:15	IOGA	B	14:15	BODY COMBAT	B			
						15:30	TONIFICACIÓN	B	15:30	TONIFICACIÓN	B	14:00	BOXING BOX	C	
TARDE	16:30	AQUASALUD	P	16:30	AQUASALUD	P	16:00	ABD 30'	SF				15:30	HIIT CROSS 30'	SF
				17:30	TONO STRONG 30'	B	17:30	PILATES BALANCE	B	16:30	HIDROFIT	P			
	18:00	IOGA	B	18:00	BODY COMBAT	B	18:00	TRX 30'	SF	17:30	STEP	B			
	18:00	MANTO 45'	C	18:30	CICLING	A	18:15	STEP TONO	B	18:30	ZUMBA	B			
	19:00	CARDIOBOX	C	19:00	ABD 30'	SF	19:00	GAP 30'	C	18:30	BODY PUMP	C			
	19:15	ZUMBA	B	19:30	BODY PUMP	C	19:15	TONIFICACIÓN	B				18:00	TONIFICACIÓN	C
	19:30	GAP 30'	SF	20:00	PILATES BALANCE 30'	B	19:30	BOXING BOX	C				18:45	CARDIOBOX	C
	19:45	AQUAGYM	P	20:30	BODY COMBAT	B	19:45	AQUAGYM	P				19:00	ZUMBA	B
	20:15	TONIFICACIÓN	B				20:30	BODY PUMP	C				19:30	ABD 30'	C
	20:30	CICLING	A							19:30	IOGA	B	19:30	AQUAHIIT	P
20:30	HIIT CROSS	SF							19:30	CICLOTRAINING	A	19:45	AQUAHIIT	P	
									20:15	CARDIOBOX	C	20:15	BODY PUMP	C	

CLASES SÁBADOS OCTUBRE 2019	
05/10/2019	11:30 BODY COMBAT 45' 19:00 CARDIOBOX 45'
12/10/2019	FESTIVO
19/10/2019	11:30 HIIT 45' 19:00 TRX / ABD 45'
26/10/2019	11:30 CICLING 45' 19:00 BOXING BOX 45'

* 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.