

## HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS



	LUNES	SALA	MARTES	SALA	MIÉRCOLES	SALA	JUEVES	SALA	VIERNES	SALA					
MAÑANA	7:15	HIIT 30'	SF	7:15	CIRCUITO 30'	SF	7:30	CICLING	A	7:15	CROSSTRAINING 30'	SF	7:30	TRX FUNCIONAL 30'	C
	8:00	CICLING	A	8:00	MANTO	B	8:30	STEP	B	8:00	BODY PUMP	C	8:00	ZUMBA	B
	9:15	TONIFICACIÓN	C	9:15	BODY PUMP	C	9:15	TONIFICACIÓN 45'	B	9:15	CICLING	A	9:30	TONIFICACION 45'	C
	9:30	AQUAGYM	P	9:30	AQUAGYM	P	9:30	POWERPOOL	P	9:30	AQUAZUMBA	P			
	10:15	POWERPOOL	P	10:15	POWERPOOL	P	10:15	AQUAGYM	P	10:15	AQUAGYM	P	10:30	ZUMBA	B
	11:00	MANTO STRECH 45'	B	10:45	ZUMBA	B	11:15	PILATES BALANCE	B	11:15	IOGA STRECH	B	11:30	PILATES BALANCE	B
MEDIO DIA	13:30	HIT 30'	SF	13:30	ABD 30'	SF	13:30	TRX 30'	SF	13:30	ABD 30'	SF			
	14:15	ZUMBA	B	14:15	BODY PUMP	C	14:15	CICLING	A	14:15	BODY COMBAT	B	14:15	TRX ABD	SF
	15:30	BODY PUMP 45'	C	15:30	CICLING	A	15:30	IOGA	B	15:30	STEP TONO	B	15:30	CROSTONO	SF
	16:30	HIDROFIT	P	16:30	HIDROFIT	P				16:30	AQUASALUD	P			
TARDE	18:00	IOGA	B	18:00	BODY COMBAT	B	18:00	TRX 30'	C	17:30	STEP	B	18:00	HIT 30'	SF
	18:00	MANTO 45'	C	18:30	CICLING	A	18:30	STEP TONO	B	18:30	BODY PUMP	C	18:45	HBX BOXING	C
	19:00	HBX BOXING	C	19:00	ABD 30'	SF	19:00	ABD 30'	SF	18:30	DANCE	B	19:00	ZUMBA	B
	19:15	ZUMBA	B	19:30	BODY PUMP	C	19:30	TONIFICACIÓN	C	19:30	IOGA	B	19:30	ABD 30'	SF
	19:30	ABD 30'	SF	20:00	PILATES BALANCE	B	19:45	AQUAGYM	P	19:30	CICLOTRAINING	A	19:45	AQUAHIIT	P
	19:45	AQUAGYM	P	20:30	CROSTONO	C	20:45	HIIT	SF	20:30	HBX BOXING	C	20:15	BODY PUMP	C
	20:15	TONIFICACIÓN	B												
	20:30	CICLING	A												

CLASES SÁBADO FEBRERO 2019	
02/02/2019	11:30 HIIT 19:00 CARDIO BOX
09/02/2019	11:30 CROSSTRAINING 19:00 CIRCUITO EXTREM
16/02/2019	11:30 HIIT 19:00 CARDIO BOX
23/02/2019	11:30 TONO EXTREM 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](http://www.orion-fitness.com)  
[orion@orion-fitness.com](mailto:orion@orion-fitness.com)  
[facebook.com/orionfitnesscenter](https://facebook.com/orionfitnesscenter)

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