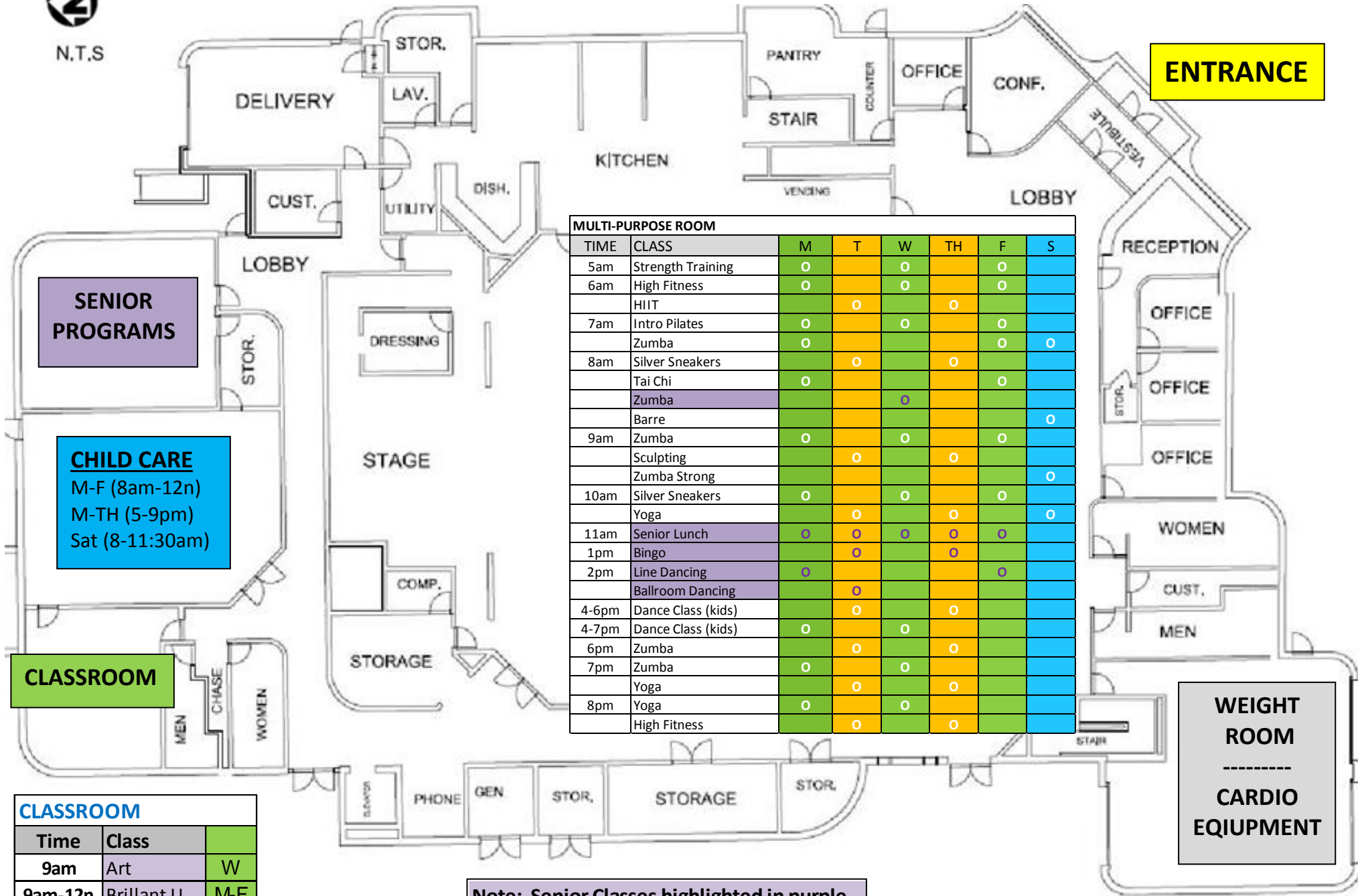


Orem Friendship Center

93 N 400 E, Orem 801-229-7111



N.T.S

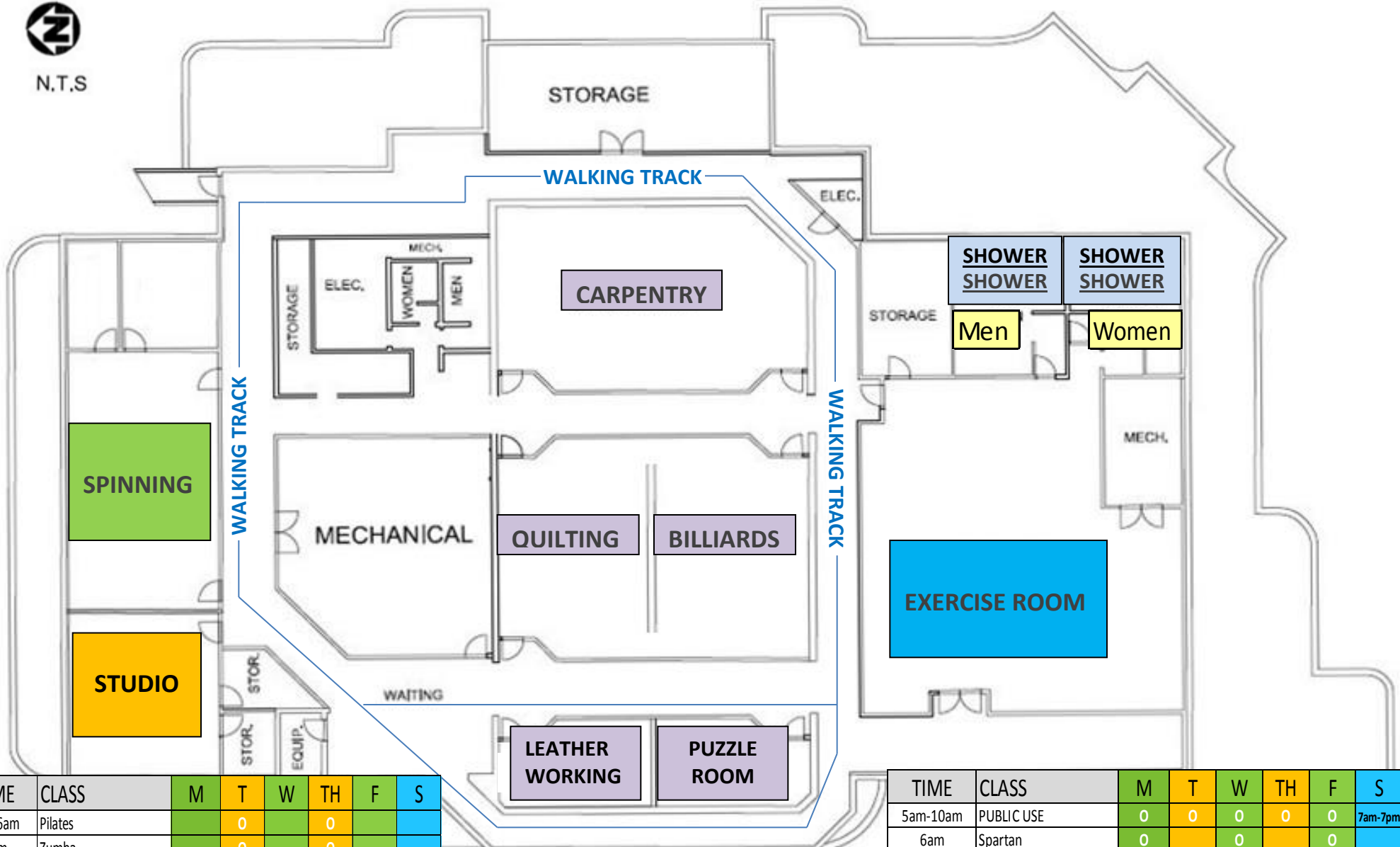


MULTI-PURPOSE ROOM							
TIME	CLASS	M	T	W	TH	F	S
5am	Strength Training	○	○	○	○	○	○
6am	High Fitness	○	○	○	○	○	○
	HIIT	○	○	○	○	○	○
7am	Intro Pilates	○	○	○	○	○	○
	Zumba	○	○	○	○	○	○
8am	Silver Sneakers	○	○	○	○	○	○
	Tai Chi	○	○	○	○	○	○
	Zumba	○	○	○	○	○	○
	Barre	○	○	○	○	○	○
9am	Zumba	○	○	○	○	○	○
	Sculpting	○	○	○	○	○	○
	Zumba Strong	○	○	○	○	○	○
10am	Silver Sneakers	○	○	○	○	○	○
	Yoga	○	○	○	○	○	○
11am	Senior Lunch	○	○	○	○	○	○
1pm	Bingo	○	○	○	○	○	○
2pm	Line Dancing	○	○	○	○	○	○
	Ballroom Dancing	○	○	○	○	○	○
4-6pm	Dance Class (kids)	○	○	○	○	○	○
4-7pm	Dance Class (kids)	○	○	○	○	○	○
6pm	Zumba	○	○	○	○	○	○
7pm	Zumba	○	○	○	○	○	○
	Yoga	○	○	○	○	○	○
8pm	Yoga	○	○	○	○	○	○
	High Fitness	○	○	○	○	○	○

CLASSROOM		
Time	Class	
9am	Art	W
9am-12n	Brilliant U	M-F
12n-Close	Programs	M-S

Note: Senior Classes highlighted in purple.

MAIN FLOOR



TIME	CLASS	M	T	W	TH	F	S
530-6am	Pilates		0		0		
6am	Zumba		0		0		
9am	Folk Dance	0		0			
10am	Dance Class (kids)		0		0		0
	Tai Chi - Arthritis	0		0			
3-6pm	Dance Class (kids)	0	0	0	0		
6pm	Barre	0	0	0	0	0	0

Note: Senior Classes highlighted in purple.

TIME	CLASS	M	T	W	TH	F	S
5am-10am	PUBLIC USE	0	0	0	0	0	7am-7pm
6am	Spartan	0		0		0	
8-9am	Tai Chi w/Toni		0		0		
9-11am	Tumbling	0		0		0	
930-1030am	Yoga				0		
10am	Pilates	0		0		0	
1030-11am	Tai Chi		0		0		
12-3pm	SENIOR USE	0	0	0	0	0	
3-6pm	Gymnastics (kids)	0	0	0	0		
6-10pm	PUBLIC USE	0	0	0	0	0	

SECOND FLOOR