

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

Samedi

Dimanche

11h15 / 12h00

Body Barre

12h00 / 12h45

CAF
Cuisses Abdos Fessiers

13h00 / 13h30

Boxing

18h15 / 19h00

CAF
Cuisses Abdos Fessiers

19h00 / 20h00

CROSS TRAINING

20h00 / 20h15

Stretching

20h15 / 21h00

ZUMBA

12h30 / 12h45

ABDOS TAILLE

12h45 / 13h30

Body Barre

13h30 / 14h00

HIIT

18h15 / 19h00

CARDIO TRAINING

19h15 / 20h00

Magic RENFO

20h00 / 20h30

Sophro - Stretch

11h30 / 12h00

CARDIO TRAINING

12h00 / 12h45

CIRCUIT TRAINING

12h45 / 13h30

CAF
Cuisses Abdos Fessiers

18h15 / 18h45

ABDOS TAILLE

18h45 / 19h15

CUISSES FESSIERS

19h15 / 20h00

CARDIO BOXING

20h00 / 20h15

Stretching

12h00 / 12h15

100% ABDOS !

12h15 / 13h00

ZUMBA

13h00 / 13h45

STEP

13h45 / 14h00

Stretching

18h30 / 19h15

Body Barre

19h15 / 19h45

CIRCUIT TRAINING

19h45 / 20h15

CAF
Cuisses Abdos Fessiers

11h30 / 12h15

Body Barre

12h15 / 12h45

ABDOS FESSIERS

12h30 / 13h15

BOXING

13h15 / 13h45

CIRCUIT TRAINING

18h30 / 19h15

HIIT

19h15 / 20h00

STEP

20h00 / 20h30

Body Barre

20h30 / 20h45
ABDOS FESSIERS

10h45 / 11h30

Pilates

11h30 / 12h15

ZUMBA

12h15 / 13h00

Body Barre

HORAIRES

Lundi et Mardi de 9h à 22h
Du Mercredi au Vendredi de 9h à 21h
Le Samedi de 10h à 17h
Le Dimanche et jours fériés de 10h à 14h

OÙ SOMMES-NOUS ?

8 Avenue du Général de Gaulle - 91290 ARPAJON

09.50.23.11.92

f Magic Form
ARPAJON

magic
Arpajon **FORM**