

PLANNING DES COURS COLLECTIFS



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H00-10H30 CAF		10H00-10H45 BIKING		10H00-10H30 ABDOS FESSIERS	10H30-11H15 CAF	10H30-11H15 CAF
10H30-11H15 CROSS TRAINING		10H45-11H30 CAF		10H30-11H00 BIKING	11H15-12H00 BODY BARRE	11H15-12H15 CROSS TRAINING
11H15-11H30 STRETCHING		12H30-13H00 MAGIC RENFO		11H00-11H30 BODY BARRE	12H00-13H00 	12H15-12H30 BIKING
12H30-13H00 ABDOS FESSIERS		13H00-13H30 CIRCUIT ABDOS		12H30-13H30 FULL BODY	13H15-14H15 CROSS TRAINING	
13H00-13H30 BODY SCULPT						

18H00-18H45 BODY BARRE	18H00-18H45 CAF	18H00-18H45 CAF	18H00-18H30 BIKING	18H00-18H15 CARDIO FLASH
18H45-19H30 CIRCUIT CARDIO	18H45-19H30 CARDIO POWER	18H45-19H30 BOOTCAMP	18H30-19H15 CAF	18H15-19H00 CAF
19H30-20H15 	19H30-20H15 CROSS TRAINING	19H30-20H15 BIKING	19H15-20H15 CROSS TRAINING	19H00-19H45
20H15-20H30 STRETCHING	20H15-20H30 MAGIC ABDOS	20H15-20H30 FULL ABDOS	20H15-20H30 STRETCHING	19H45-20H30 BODY FITNESS



🕒 HORAIRES

Lundi à Vendredi de 8h30 à 21h30 sans interruption
 Samedi de 10h à 17h sans interruption
 Dimanche de 10h à 14h sans interruption

📍 NOUS TROUVER

10 rue du Chêne à Champagne - 91700 FLEURY-MEROGIS

☎ 01 69 04 87 17 Magic Form Fleury

LES COURS

CAF : cuisses-abdos-fessiers
 Cross Training : entraînement à haute intensité
 Body Sculpt : renforcement musculaire
 Full Body : entraînement musculaire complet