



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09h30 - 10h15 T.C.A.F	09h30 - 10h15 POWER	10h00 - 11h00 PILATES	09h30 - 10h15 BODY SCULPT	09h30 - 10h15 C.A.F		
10h15 - 11h00 PLAY FOR FIT <small>NEW</small>	10h15 - 11h00 STRETCHING		10h15 - 10h45 LES MILLS BODYATTACK <small>NEW</small>	10h15 - 11h00 YOGA <small>NEW</small>	10h30 - 11h15 POWER	10h30 - 11h15 PILATES
			10h45 - 11h00 FLASH ABDOS		11h20 - 12h05 BIKING	11h15 - 11h45 LES MILLS BODYATTACK <small>NEW</small>
12h15 - 13h15 POWER	12h15 - 12h45 ABDOS FESSIERS	12h30 - 13h30 UBOUND + Abdos <small>MP</small>	12h15 - 13h15 STEP	12h15 - 13h00 PLAY FOR FIT <small>NEW</small>		11h45 - 12h30 T.C.A.F
	12h45 - 13h15 LES MILLS BODYATTACK <small>NEW</small>	MI Abdos + TrampoLEAN		13h00 - 13h15 FLASH ABDOS		
18h00 - 18h30 PILATES	18h15 - 19h00 STEP	18h00 - 18h30 PLAY FOR FIT <small>NEW</small>	18h10 - 18h55 POWER	18h00 - 18h30 XSS		
18h30 - 19h15 POWER	19h00 - 19h45 T.C.A.F	18h30 - 18h45 FLASH ABDOS	19h00 - 19h45 CIRCUIT <small>NEW</small>	18h30 - 19h00 LES MILLS BODYATTACK <small>NEW</small>		
19h20 - 19h50 BIKING <small>MI</small>	19h45 - 20h15 XSS CARDIO <small>NEW</small>	18h45 - 19h30 ZUMBA	MI UBOUND <small>MP</small>	19h00 - 19h15 FLASH ABDOS		
MI LES MILLS BODYATTACK <small>NEW</small>		19h30 - 20h00 XSS	19h45 - 20h00 FLASH ABDOS	19h15 - 20h00 POWER		
19h50 - 20h30 STRONG <small>NEW</small>	20h15 - 20h45 LES MILLS BODYATTACK <small>MI</small>		20h00 - 20h30 BIKING	20h05 - 20h30 PILATES		
20h30 - 21h15 YOGA VINYASA <small>NEW</small>	MI PLAY FOR FIT <small>NEW</small>	20h00 - 20h45 STRONG <small>NEW</small>	20h30 - 21h00 STRETCHING			
	20h45 - 21h00 STRETCHING					

- UBOUND** : Trampoline
- T.C.A.F** : Taille Cuisses Abdos Fessiers
- POWER** : Cours de renfo musculaire avec barre
- XSS** : Cours de CAF combiné au cardio training
- TrampoLEAN** : Renforcement musculaire sur trampoline
- STRONG** : Entraînement haute intensité révolutionnaire sur le rythme de la musique
- LES MILLS BODYATTACK** : Cours cardio-training avec des mouvements athlétiques
- Yoga Vinyasa** : Yoga dynamique : un enchaînement tonique et fluide de postures rythmées par la respiration
- PLAY FOR FIT** : cours cardio-fun qui associe le meilleur du fitness à vos sports préférés et aux jeux populaires de votre enfance

HORAIRES
Lundi au vendredi 9h à 21h
Samedi 10h à 17h - Dimanche 10h à 14h
Jours fériés : 10h à 18h

MAGIC FORM - SAS GYM A GYN
11 Rue Georges Dromigny - 77160 PROVINS
Tél. : 09 50 13 04 33
www.magicformprovins.fr

ACCÈS LIBRE 6H-23H 7J/7
CERTIFICAT MÉDICAL OBLIGATOIRE

f Magic form Provins
Instagram MagicFormProvins

Pour une perte de poids rapide, un ventre plat et ferme, venez découvrir le coaching ...