

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

LUNDI

09h30 - 10h00
C.A.F.

10h00 - 10h45
GYM BALL

10h45 - 11h15
100% FESSIERS

12h30 - 13h15
BODYATTACK

17h15 - 18h00
HBX BOXING

18h00 - 18h45
BODYCOMBAT

18h00 - 18h45
BODYPUMP

18h45 - 19h45
CROSS TRAINING

18h45 - 19h30
STEP

18h45 - 19h45
BODYJAM

19h45 - 20h45
HIP-HOP

19h50 - 20h35
ABDO'S / FESSIERS

20h00 - 20h45
BIKING

MARDI

09h30 - 10h15
BODYPUMP

10h15 - 10h45
100% ABDO'S

10h45 - 11h15
AFRO MOVE

12h30 - 13h15
BODY STRETCH

12h30 - 13h30
CIRCUIT MUSCU

17h15 - 18h00
C.A.F.

18h00 - 19h00
CROSS TRAINING

18h30 - 19h15
BODYATTACK

18h30 - 19h15
BODYPUMP

19h15 - 20h00
BIKING

19h15 - 20h00
PILATES

19h30 - 20h15
HBX BOXING

20h00 - 21h00
YOGA

20h15 - 21h00
KICK BOXE TRAINING

MERCREDI

09h30 - 10h15
PILATES

10h15 - 10h45
BODYATTACK

10h45 - 11h30
BODY STRETCH

12h30 - 13h15
HBX BOXING

17h15 - 17h45
100% ABDO'S

17h45 - 18h30
BODY STRETCH

18h00 - 18h45
BIKING

18h30 - 19h15
BODYPUMP

18h45 - 19h30
BODYCOMBAT

19h15 - 20h15
CROSS TRAINING

19h45 - 20h15
BIK'HIT

JEUDI

9h30 - 10h15
BIKING

10h15 - 11h00
STEP

11h00 - 11h45
STRETCH / MOBILITÉ

12h30 - 13h15
BIK'HIT

12h30 - 13h15
CROSS TRAINING

17h15 - 18h00
ABDO'S / FESSIERS

18h00 - 19h00
CROSS TRAINING

18h00 - 19h00
YOGA

18h15 - 19h00
BODYPUMP

19h00 - 19h45
BODYATTACK

19h15 - 19h45
HBX BOXING

19h45 - 20h30
STEP

VENDREDI

09h30 - 10h15
C.A.F.

10h15 - 10h45
GYM BALL

10h45 - 11h15
BODYCOMBAT

12h30 - 13h15
BODYPUMP

13h00 - 13h45
PILATES MATERNITÉ

17h00 - 17h45
C.A.F.

17h45 - 18h30
BODYCOMBAT

17h45 - 18h45
CROSS TRAINING

18h30 - 19h15
BODYJAM

19h15 - 19h45
ABDO'S / FESSIERS

SAMEDI

10h15 - 11h00
BODYPUMP

11h05 - 11h50
HIIT

12h00 - 12h45
PILATES

DIMANCHE

10h15 - 11h00
HBX BOXING

11h00 - 11h45
C.A.F.

12h00 - 12h45
PILATES

INFORMATIONS

10 - 12 Boulevard Carnot
21000 DIJON

03 80 10 00 00

HORAIRE

De 6h00 à 23h00
Tous les jours

SALLE PRINCIPALE

SALLE PODIUM

RETROUVEZ L'APPLICATION SUR



MAGIC FORM FRANCE



www.magic-form.fr/clubs/dijon

magicformdijon@gmail.com

#BOUGER #PARTAGER #KIFFER

LES MILLS
BODYJAM

LES MILLS
BODYATTACK

LES MILLS
BODYCOMBAT

LES MILLS
BODYPUMP



MAGICFORMDIJON



MAGICFORM_DIJON

Magic Form