

Magic Form

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Joachim	Madison	Rahavi		Rahavi		
9h30 - 10h30	9h30 - 10h30	9h00 - 9h45		9h00 - 9h45		
Pilates	Circuit Training	Pilates		Réveil Musculaire		
10h30 - 11h30	10h30 - 11h30	9h45 - 10h30		9h45 - 10h30	10h30 - 11h15	
Magic Balance	YOGA	CAF		CAF	Sport Famille	
		10h30 - 11h00		10h30 - 11h00	11h15 - 12h15	
		Fitball		Santé du Dos	Full Body	
	Marine		Morgane		12h15 - 12h30	
	14h30 - 15h00		14h30 - 15h00		Abdos Flash	
	CAF		Renfo Musculaire		12h30 - 13h30	
	15h00 - 16h00		15h00 - 15h45		Step	
	Pilates		HIIT			
	16h00 - 16h30		15h45 - 16h30			
	Stretching		BIKING			
	Marylise		Joachim	Joachim		
	18h00 - 19h00		18h00 - 18h30	18h00 - 19h00		
Moïse	Pilates	Madison	Abdos Flash WARRIOR	Magic Pump		
18h30 - 19h30	19h00 - 20h00	18h30 - 19h00	18h30 - 19h15	19h00 - 19h45		
HIIT	BIKING	Abdos Hypopressifs	BOOT CAMP	CAF		
19h30 - 20h30		19h00 - 20h00	19h15 - 20h00	19h45 - 20h30		
Magic combat		Zumba	BIKING	BIKING		
20h30 - 21h00	20h00 - 21h30	20h00 - 21h00	20h00 - 21h30	20h30 - 21h00		
Stretching	Bachata (Marco)	Yoga Vinyasa	Salsa (Marco)	Stretching		

Du lundi au vendredi
9h00 - 22h00
Samedi
10h00 - 18h00
Dimanche
10h00 - 16h00

11 place du marché neuf
91190 Gif-sur-Yvette
01.69.85.44.92

Magicformgif@gmail.com