






Magic Form

COURBEVOIE

-  Gagnez en souplesse, concentration.
-  Booster votre condition physique et brûler un maximum de calories.
-  Méthode de renforcement musculaire rapide de tout le corps !
-  Quand bouger devient plaisir ! La manière la plus fun et conviviale de s'entraîner
-  Kcal Indice concernant la dépense calorique pendant un cours, exprimé en Kcal

PLANNING
COURS COLLECTIFS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09H00-10H00 GYM TONIC 250	09H00-10H00 100% ABDOS 250	09H00-10H00 PILATES 250	09H00-10H00 100% ABDOS 250	09H00-10H00 GYM TONIC 250	10H00-10H45 CAF 260	09H00-09H45 CAF 260
10H00-11H00 PILATES 250	10H00-11H00 YOGA 220	10H00-11H00 CAF 250	10H00-11H00 YOGA 220	10H00-11H00 PILATES 250	10H45-11H30 HIIT 450	10H00-11H00 LES MILLS BODYPUMP 540
11H00-12H00 STRETCHING MOBILITY 220		11H00-12H00 STRETCHING 220		11H00-12H00 STRETCHING MOBILITY 220	11H30-12H15 STRETCHING 150	11H00-12H00 LES MILLS BODYCOMBAT 740
12H15-12H45 HIIT 450	12H15-13H15 LES MILLS BODYPUMP 540	12H15-13H15 MAGIC SCULPT 450	12H15-13H15 ZUMBA 500	12H15-13H15 LES MILLS BODYPUMP 540	12H15-13H15 BOXING FITNESS 650	12H00-12H45 MAGIC BALANCE 390
12H45-13H15 ABDOS FESSIERS 130					13H30-14H30 MAGIC SCULPT 450	13H30-14H30 LES MILLS BODYPUMP 540
17H30-18H15 MAGIC SCULPT 450	18H00-18H45 CAF 250	17H30-18H15 HIIT 450	18H00-18H30 ABDOS FESSIERS 130	17H30-18H15 HIIT 450	14H30-15H30 LES MILLS BODYCOMBAT 740	14H30-15H30 LES MILLS BODYCOMBAT 740
18H30-19H30 LES MILLS BODYCOMBAT 740	18H45-19H30 MAGIC ATTACK 750	18H30-19H30 LES MILLS BODYPUMP 540	18H30-19H00 BOOT CAMP 600	18H30-19H30 LES MILLS BODYPUMP 540	15H30-16H00 CAF 250	
19H30-20H00 ABDOS FESSIERS 130	19H30-20H30 MAGIC SCULPT 450	19H30-20H30 LES MILLS BODYCOMBAT 740	19H00-20H00 MAGIC SCULPT 450	19H30-20H30 LES MILLS BODYCOMBAT 740	16H00-16H30 STRETCHING 220	
20H00-20H30 HIIT 300	20H45-21H45 MAGIC KICK 750	20H30-21H30 YOGA 220	20H30-21H30 DJEMBEL 500	20H30-21H30 YOGA 220		
20H30-21H30 DJEMBEL 500						

HORAIRES

LUNDI au VENDREDI : 6H00 - 22H00
SAMEDI et DIMANCHE : 9H00 - 18H00

 Magic Form Courbevoie

 magicform.courbevoie

MF COURBEVOIE - 33, rue du Moulin des Bruyères 92400 COURBEVOIE
Retrouvez-nous vite sur le site www.magicform.fr - 01 46 35 55 30