

PLANNING MagicForm

7h	22h	7h	22h	7h	22h	7h	21h	9h	20h	9h	20h		
LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI		Samedi		DIMANCHE	
		09h30 10h30	C.A.F			09h30 10h30	ZUMBA	09h30 10h30	Cardio Boxe	10h15 11h00	RPM	10h30 11h30	Free dance
10h00 10h30	BARRE AU SOL	10h30 11h30	STRETCHING	10h30 11h30	PILATES	10h30 11h00	BODYPUMP	10h30 11h30	PILATES	11h15 11h45	H.I.I.T.	11h30 12h30	ZUMBA
10h30 11h30	PILATES	12h30 13h00	CIRCUIT RENFO	12h30 13h00	TRX	11h00 11h30	100% Abdos	12h30 13h00	STRONG	12h30 13h00	STRONG	12h30 13h30	YOGA
12h30 13h15	Cardio Boxe	13h00 13h30	FIT BALANCE	14h30 15h30	MAGIC KIDS CIRCUIT : 6 - 11 ANS	12h30 13h30	Pole dance	13h00 13h30	STRONG				
13h15 13h30	100% Abdos	17h30 17h45	HAUT DU CORPS	15h30 16h30	MAGIC KIDS CIRCUIT : 12 - 15 ANS					14h00 15h00	SALSA		
17h30 17h45	100% Abdos	17h45 18h15	C.A.F	17h30 18h30	BODYPUMP	17h30 18h00	TRX	17h30 18h30	CIRCUIT TRAINING	15h00 16h00	BACHATA		
17h45 18h15	H.I.I.T	18h15 19h00	FIT BALANCE	18h30 19h00	H.I.I.T.	18h00 19h00	Cardio boxe	18h30 19h30	LIA				
18h15 19h15	Step débutant	19h00 20h00	ZUMBA	19h00 19h45	CIRCUIT RENFO	19h00 19h45	BODYPUMP	19h30 20h15	SALSA DÉBUTANT				
19h15 20h00	BODYPUMP	20h15 21h00	CARDIO ATTACK	19h45 20h30	RPM	20h00 21h00	Step évolutif	20h15 21h00	SALSA INTERMÉDIAIRE				
20h00 20h45	RPM	21h00 22h00	KIZOMBA	20h45 21h45	Pole dance								

● Réservation nécessaire

- Cours de cardio
- Cours de danse
- Cours Fitness dansé
- Cours Renforcement doux
- Cours Zen
- Cours Renforcement

CROSS & BOXE

09h30 - 10h30

17h30 - 18h30

18h15 - 19h45

19h30 - 20h30

18h15 - 19h15

19h15 - 20h15

17h30 - 18h30

18h30 - 20h00

18h00 - 19h00

19h00 - 20h00

18h00 - 19h00

19h00 - 20h00

LAGNY SUR MARNE
0160313131
106 av du Général Leclerc
77400 Lagny sur Marne

<https://www.instagram.com/magicformlagny/>
 <https://fr.facebook.com/magicformlagny/>
