

PLANNING COURS COLLECTIFS

Merci de vous présenter à l'heure et de laisser vos affaires au vestiaire.

Magic Form ÉPÔNE

Téléchargez l'application
Magic Form

Disponible sur
App Store

Disponible sur
Google Play



| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI |
|---|---|---|---|---|---|
| 09h30 - 10h15 CUISSSES ABDOS FESSIERS | 09h30 - 10h15 FULL BODY | | 09h30 - 10h15 BODY SCULPT | 09h30 - 10h30 PILATES | 10h15 - 11h00 FULL BODY |
| 10h15 - 11h00 STRETCHING | 10h15 - 11h15 YOGA FITNESS | | 10h15 - 11h15 PILATES | 10h30 - 11h15 BIKING | 11h00 - 11h30 SPÉCIAL ABDOS |
| 11h00 - 12h00 COACHING & ANIMATION PLATEAU | 11h00 - 14h00 COACHING & ANIMATION PLATEAU | | 11h00 - 15h00 COACHING & ANIMATION PLATEAU | | 11h30 - 12h30 COACHING & ANIMATION PLATEAU |
| 12h15 - 13h00 CUISSSES ABDOS FESSIERS | | | 12h15 - 13h00 CROSS FIT | | 14h30 - 17h30 COACHING & ANIMATION PLATEAU |
| 18h00 - 22h00 COACHING & ANIMATION PLATEAU | 18h00 - 22h00 COACHING & ANIMATION PLATEAU | 18h00 - 22h00 COACHING & ANIMATION PLATEAU | 17h00 - 22h00 COACHING & ANIMATION PLATEAU | 19h00 - 22h00 COACHING & ANIMATION PLATEAU | |
| 19h00 - 19h45 BIKING | 19h00 - 19h45 BODY SCULPT | 19h00 - 20h00 20h00 - 21h00 CROSS FIT | 18h30 - 19h15 BIKING | 18h30 - 19h15 COACHING & ANIMATION PLATEAU | |
| 19h45 - 20h45 CARDIO BOXE | 19h45 - 20h45 HIIT | | 19h15 - 20h00 CUISSSES ABDOS FESSIERS | 19h00 - 20h00 CROSS FIT | |
| | | | 20h00 - 21h00 ZUMBA | | |

- Renforcement
- Gym Douce
- Coaching personnalisé
(prendre RDV à l'accueil)
- Danse & Coordination
- Cardio

MAGIC FORM Épône

Zone des Beurrons, Rue Fernand Léger
78680 Epône

01 30 95 67 67



Magic Form Epone