

# PLANNING FITNESS

## Magic Form

CACHAN 2025 / 2026

	CARDIO		DANSE
	RENFO		ETIREMENT
			RESPIRATION

### LUNDI

### MARDI

### MERCREDI

### JEUDI

### VENDREDI

### SAMEDI

### DIMANCHE

 9:30  
30' | TAILLE ABDOS  
AVEC ANDREI

 9:30  
45' | BODY BARRE  
AVEC TONY

 9:30  
60' | YOGA  
AVEC REBECCA

 9:30  
60' | PILATES  
AVEC REBECCA

 9H30  
30' | BODY SCULPT  
AVEC RAHIAN

 10:15  
75' | YOGA  
AVEC PATRICIA

 10:15  
45' | BODY BARRE  
AVEC JOAN

 10:00  
30' | FESSIERS  
CUISSSES

 10:15  
45' | FAC

 10:30  
60' | PILATES

 10:30  
60' | YOGA

 10H00  
30' | ABDOS  
FESSIERS

 11:30  
30' | TAILLE  
ABDOS  
AVEC YANIS

 11:00  
45' | CROSS  
TRAINING

 10:30  
30' | STETCHING

 12:15  
30' | TAILLE ABDOS  
AVEC TONY

 12:15  
60' | YOGA  
AVEC REBECCA

 10:30  
30' | STRETCHING  
AVEC RAHIAN

 12:00  
30' | FESSIERS  
CUISSSES

 11:45  
30' | FAC

 12:15  
60' | BODY  
BARRE  
AVEC ANDREI

 12:45  
30' | FESSIERS CUISSSES  
AVEC TONY

 12:15  
60' | YOGA  
AVEC REBECCA

 12:15  
45' | CROSS  
TRAINING  
AVEC RAHIAN

 12:30  
45' | BOXE  
AVEC YANIS

 18:00  
45' | CROSS  
TRAINING  
AVEC AMIDOU

 17:30  
45' | PILATES  
AVEC TONY

 18:00  
45' | FAC  
AVEC YANN

 17:30  
45' | FULL BODY  
AVEC JULIA

 18:00  
30' | ABDOS  
FESSIERS  
AVEC COLINE

 18H45  
30' | TAILLE  
ABDOS

 18:15  
45' | FAC

 18:45  
45' | STEP  
AFRO

 18:15  
30' | MOBILITY

 18:30  
45' | STEP  
NIVEAU 2

 19:15  
30' | FESSIERS  
CUISSSES

 19:00  
45' | CROSS  
TRAINING

 19:30  
45' | BODY  
BARRE

 18:45  
60' | YOGA

 19:15  
45' | FAC

 19:45  
60' | ZUMBA

 19:45  
45' | BODY JUMP

 19:30  
45' | BODY  
BARRE

 19:15  
45' | CYCLING  
AVEC TONY

 20:00  
45' | CROSS  
TRAINING

 19:45  
45' | CYCLING  
AVEC TONY

 19:45  
60' | ZUMBA  
AVEC ALINE

### HORAIRES

LUNDI - MERCREDI-VENDREDI : 9H00 - 21H00

MARDI - JEUDI : 9:00 - 22H00

SAMEDI : 10H - 17H

DIMANCHE : 10H - 14H

PLANNING SUSCEPTIBLE D'ÊTRE MODIFIE SANS PREAVIS



PLANNING SUSCEPTIBLE D'ÊTRE MODIFIE SANS PREAVIS