

PLANNING COURS COLLECTIFS

Magic Form
Choisy

A PARTIR DU 31 AOÛT 2020

HORAIRE :

SEMAINE 07h-22h

WEEKEND 09h-19h

01 48 84 10 10

mfchoisy@gmail.com

Tous les cours collectifs sont
sur réservation dès 08h

Téléchargez vite notre
application mobile

MAGIC FORM FRANCE



MATIN

MIDI

SOIRÉE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h - 10h45	BODY SCULPT	10h - 10h45	10h - 10h45	10h00 - 10h45	10h00 - 10h45	9h30 - 10h15	10h - 10h45
10h45 - 11h15	100% ABDOS	PILATES	LES MILLS BODYPUMP	CIRCUIT TRAINING	SWISS BALL	LES MILLS BODYCOMBAT	PILATES
11h15 - 12h	CIRCUIT TRAINING	10h45 - 11h15	10h45 - 11h30	10h45 - 11h00	10h45 - 11h30	10h15 - 11h15	10h45 - 11h15
		STRETCHING	PILATES	STRETCHING	TABATA TRAINING	ZUMBA	TRAMPOLINE
				11h00 - 11h30		11h15 - 11h45	11h15 - 12h
				LES MILLS RPM		CAF	LES MILLS BODYPUMP
12h30 - 13h15	LES MILLS RPM	12h15 - 12h45	12h30 - 13h15	12h30 - 13h15	12h30 - 13h15	11h45 - 12h30	12h - 12h45
		CIRCUIT TRAINING	LES MILLS RPM	CARDIO ATTACK	LES MILLS BODYPUMP	KUDURO Fit	LES MILLS RPM
		12h45 - 13h15			13h15 - 13h30		
		LES MILLS BODYBALANCE			100% ABDOS		
17h30 - 18h	100% ABDOS	17h30 - 18h	17h30 - 18h	18h - 18h45	18h30 - 19h	15h30 - 16h15	
		PILATES	CAF	STEP Débutant	SWISS BALL	LES MILLS BODYPUMP	
18h - 18h45	LES MILLS BODYBALANCE	18h - 19h	18h - 18h45	18h45 - 19h30	19h - 19h45	16h15 - 17h	
		LES MILLS BODYPUMP	HIT FITNESS	LES MILLS BODYPUMP	BODY SCULPT	CARDIO ATTACK	
18h45 - 19h45	STEP Intermédiaire	19h - 19h30	18h45 - 19h30	19h30 - 20h15	19h45 - 20h	17h - 17h30	
		TRAMPOLINE	CROSS TRAINING	LES MILLS RPM	100% ABDOS	LES MILLS RPM	
19h45 - 20h30	BODY SCULPT	19h30 - 20h15	19h30 - 20h30	20h15 - 21h	20h - 20h45		
		LES MILLS RPM	YOGA	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS RPM		
20h30 - 21h	LES MILLS BODYCOMBAT	20h15 - 21h	20h30 - 21h30				
		STRONG NATION	MASH UP DANCE				
21h - 21h30	LES MILLS RPM	21h - 21h45					
		ZUMBA					



#resolution sport