

PLANNING COURS COLLECTIFS

Magic Form Choisy

A PARTIR DU 3 JANVIER 2022

MATIN

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h15 - 11h BODY SCULPT	10h - 10h45 LES MILLS BODYPUMP	10h - 10h30 ABDOS FESSIERS	10h - 10h45 CAF	10h - 10h45 PILATES	9h30 - 10h15 LES MILLS BODYCOMBAT	10h - 10h45 CROSS TRAINING
11h - 11h15 100% ABDOS	10h45 - 11h30 PILATES	10h30 - 11h15 CIRCUIT TRAINING	10h45 - 11h30 STRETCHING	10h45 - 11h30 CAF	10h15 - 11h15 ZUMBA	10h45 - 11h15 TRAMPOLINE
11h15 - 12h STRETCHING		11h15 - 11h30 STRETCHING	11h30 - 12h LES MILLS RPM		11h15 - 11h45 CAF	11h15 - 12h15 LES MILLS BODYPUMP

MIDI

12h30 - 13h15 LES MILLS RPM	12h30 - 13h30 CIRCUIT TRAINING		12h30 - 13h15 CARDIO ATTACK	12h30 - 13h15 CIRCUIT TRAINING	11h45 - 12h30 KUDURO Fit'	12h15 - 13h LES MILLS RPM
---------------------------------------	--	--	---------------------------------------	--	-------------------------------------	-------------------------------------

SOIRÉE

18h - 18h45 LES MILLS BODYBALANCE	18h - 18h30 PILATES	18h - 18h45 BODY SCULPT	18h15 - 19h CIRCUIT TRAINING	18h - 18h30 PILATES
18h45 - 19h30 STEP intermédiaire	18h30 - 19h TRAMPOLINE	18h45 - 19h30 CROSS TRAINING	19h - 19h45 LES MILLS BODYCOMBAT	18h30 - 19h30 LES MILLS BODYPUMP
19h30 - 20h BODY SCULPT	19h - 19h45 LES MILLS BODYPUMP	18h45 - 19h30 YOGA	19h45 - 20h30 CARDIO DANCE	19h30 - 20h15 CARDIO ATTACK
20h - 20h45 LES MILLS BODYCOMBAT	19h45 - 20h30 STRONG NATION	19h30 - 20h15 ZUMBA	20h30 - 21h15 STRETCHING	20h15 - 21h LES MILLS RPM
20h45 - 21h15 LES MILLS RPM	19h45 - 20h30 LES MILLS RPM	20h15 - 21h WASH UP DANCE		
	20h30 - 21h30 ZUMBA			

HORAIRES :

SEMAINE 07h-22h

WEEKEND 09h-19h

01 48 84 10 10

mfchoisy@gmail.com

RPM, CROSS-TRAINING,
ET TRAMPOLINE
sont sur réservation
chaque matin dès 08h

Téléchargez vite notre
application mobile

MAGIC FORM FRANCE

Disponible sur
App Store

DISPONIBLE SUR
Google play