

# PLANNING COURS COLLECTIFS

MagicForm  
Choisy

A PARTIR DU 3 OCTOBRE 2022

## HORAIRE DU CLUB :

SEMAINE 07h - 22h  
WEEKEND 09h - 19h

01 48 84 10 10

mfchoisy@gmail.com

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

Téléchargez vite notre  
application mobile

MAGIC FORM FRANCE



MATIN

MIDI

SOIRÉE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h - 10h45	BODY SCULPT	LES MILLS BODYPUMP	ABDOS FESSIERS	CAF	PILATES	LES MILLS BODYCOMBAT	CROSS TRAINING
10h45 - 11h	100% ABDOS	PILATES	CIRCUIT TRAINING	PILATES	CAF	ZUMBA	LES MILLS BODYPUMP
11h - 11h45	STRETCHING		STRETCHING	LES MILLS RPM	CAF	LES MILLS RPM	
12h30 - 13h15	LES MILLS RPM	CIRCUIT TRAINING	LES MILLS BODYPUMP	CARDIO ATTACK	CIRCUIT TRAINING	LES MILLS BODYPUMP	
18h - 18h45	LES MILLS BODYBALANCE	PILATES	YOGA	CAF	YOGA		
18h45 - 19h30	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	BODY SCULPT	CROSS TRAINING		
19h30 - 20h15	LES MILLS BODYCOMBAT	STRONG NATION	ZUMBA STEP	STEP AFRO	LES MILLS RPM		
20h15 - 21h15	STEP Intermédiaire	LES MILLS RPM		100% ABDOS			
		ZUMBA					

