

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
CAF. 09h15 - 9h45	Pilates 1/2 09h15 - 10h00	BODYPUMP 09h15 - 10h00	Pilates 1 09h15 - 10h00	Circuit Cardio 09h15 - 10h00	BODYPUMP 10h15 - 11h00	CAF. 10h15 - 11h00
Gym Mobilité 9h45 - 10h30	Step 10h00 - 10h45	Abdos/Fesses 10h00 - 10h45	BODYPUMP 10h00 - 10h45	CAF. 10h00 - 10h45	HIIT. 11h05 - 11h50	Cycling 11h00 - 11h45 28 pers.
Dos / Abdos 10h30 - 11h00	Haut du Corps 11h00 - 11h45	BODYATTACK 10h45 - 11h15	100% Abdos 10h45 - 11h15	Dos / Abdos 10h45 - 11h30	100% Abdos 12h00 - 12h30	Stretching 12h00 - 12h45
FloorWork 11h00 - 11h45	Afro Move 10h45 - 11h30	Stretching 11h15 - 11h45	Stretching 11h15 - 11h45	BODYATTACK 10h45 - 11h15	Stretching 12h30 - 13h00	
BODYATTACK 12h30 - 13h15	Abdos/Fesses 11h45 - 12h15	Cardio Boxe 12h30 - 13h15 14 pers.	Cycl'Hiit 12h30 - 13h15	100% Fessiers 11h15 - 11h45		
Cross Training 12h30 - 13h15 10 pers.	Body Stretch 12h30 - 13h15	Bas du Corps 12h30 - 13h15	Training Force 12h30 - 13h30 12 pers.	BODYPUMP 12h30 - 13h15		
Cardio Boxe 17h00 - 17h45 10 pers.	Training Force 12h30 - 13h30 12 pers.	100% Abdos 17h15 - 17h45	Afro Move 12h30 - 13h15	Pilates Mat. 13h15 - 14h00		
BODYPUMP 17h45 - 18h30	Gym Douce 14h00 - 14h45	Pilates 1 18h00 - 18h45	Yoga 17h30 - 18h15 25 pers.	CAF. 17h15 - 17h45		
100% Abdos 18h00 - 18h30	Full Body 17h15 - 18h00	Cycling 18h00 - 18h45	BODYPUMP 18h15 - 19h00	Cross Training 17h45 - 18h45 10 pers.		
Cycling 18h30 - 19h15	Body Stretch 18h00 - 18h45	Hybride Train. 18h15 - 19h15 10 pers.	BODYATTACK 19h00 - 19h45	BODYCOMBAT 17h45 - 18h30		
Cross Training 18h30 - 19h30 10 pers.	BODYATTACK 18h30 - 19h15	BODYCOMBAT 18h45 - 19h30	Training Force 19h45 - 20h45 12 pers.	BODYJAM 18h30 - 19h15		
BODYCOMBAT 18h30 - 19h15	Cycling 18h45 - 19h30	BODYJAM 18h55 - 19h40	Cycling 19h45 - 20h30	Stretching 19h15 - 19h45		
BODYJAM 18h30 - 19h15	Pilates 1/2 18h45 - 19h30 35 pers.	BODYPUMP 19h45 - 20h30				
Pilates 1 19h15 - 20h00	Yoga 19h30 - 20h30 25 pers.	Training Force 19h35 - 20h35 12 pers.				
Cardio Boxe 19h15 - 20h00 10 pers.	Cardio Boxe 19h45 - 20h30 10 pers.					
Training Force 19h45 - 20h45 12 pers.						
Hip - Hop 20h00 - 21h00						
Pilates 2/3 20h00 - 20h45						

Salle Podium

Salle Principale

ACCUEIL

Lun/ven. : 9h-21h

Sam. : 10h-16h

Dim. : 10h-14h

03 80 10 00 00

HORAIRE Adhérents

De 6h00 à 23h00

Tous les jours

magicformdijon@gmail.com

MagicForm

#Bouger #Kiffer #Partager

Création : www.kevin-dhautel.fr

f MagicFormDijon

magicform_dijon

Réservation sur



Magic Form France