

# PLANNING FITNESS

## MagicForm

PARIS 14 2026



### LUNDI

AVEC TONY

09:30  
45'

FAC

10:15  
45'

STRETCHING

AVEC TONY

12:15  
30'

TAILLE  
ABDOS

12:45  
30'

FESSIERS  
CUISSES

AVEC MEL

18:00  
30'

BODY  
SCULPT

18:30  
30'

TAILLE  
ABDOS

19:00  
30'

FESSIERS  
CUISSES

19:30  
45'

STEP  
NIVEAU 1

20:15  
30'

STRETCHING

### MARDI

AVEC OUMAÏMA

10H00  
30'

TAILLE  
ABDOS

10H30  
30'

FESSIERS  
CUISSES

11:00  
30'

MOBILITY

AVEC OUMAÏMA

12:15  
45'

BODY  
BARRE

13:00  
15'

STRETCHING

AVEC COLINE

17:45  
30'

MOBILITY

18:15  
45'

CROSS  
TRAINING

19:00  
45'

FAC

AVEC ALINE

19:45  
60'

ZUMBA

### MERCREDI

AVEC COLINE

09:30  
60'

PILATES

10:30  
30'

TAILLE  
ABDOS

11:00  
30'

FESSIERS  
CUISSES

AVEC COLINE

12:15  
60'

PILATES

AVEC MÉLANIE

18:00  
45'

PILATES

18:45  
30'

ABDOS  
FESSIERS

19:15  
45'

STEP  
NIVEAU 2

20:00  
60'

YOGA

### JEUDI

AVEC TONY

09:30  
45'

BODY  
BARRE

10:15  
45'

PILATES

AVEC TONY

12:15  
60'

CROSS  
TRAINING

AVEC ADÈLE

18:15  
45'

BODY BARRE

19:00  
45'

FAC

19:45  
30'

HIIT

20:15  
60'

YOGA  
VINYASA

### VENDREDI

AVEC THOMAS

10:00  
60'

GYM  
DOUCE

11:00  
60'

GYM  
DOUCE

AVEC THOMAS

12:15  
60'

YOGA

AVEC ANNALISA

18:00  
45'

FAC

18:45  
60'

PILATES

19:45  
45'

STRECHING

### SAMEDI

AVEC NOOR

10:30  
60'

YOGA  
WARRIOR

11:30  
45'

FAC

AVEC MEL

12:15  
45'

CROSS  
TRAINING

### DIMANCHE

AVEC TONY

10:15  
45'

PILATES

11:00  
45'

CROSS  
TRAINING

11:45  
30'

STRETCHING

### HORAIRES

SEMAINE : 8H00 - 22H00

SAMEDI : 10H - 17H

DIMANCHE : 10H - 14H

PLANNING SUSCEPTIBLE D'ÊTRE MODIFIÉ SANS PRÉAVIS



12 RUE PIERRE LAROUSSE 75014 PARIS - TÉL : 01 45 40 98 36