PLANNING FITNESS

Magic Form

SAINT MAUR 2025 / 2026

CARDIO · DANSE · RENFO · GYM DOUCE

LUNDI

AVEC ALEXANDRA
- 9:30 (30') — TAILLE ABDOS
- 10:00 (30') — FESSIERS CUISSES
- 10:30 (30') — BODY SCULPT

AVEC ALEXANDRA
- 12:15 (60) — MAGIC CARDIO

- 18:00 (45') — FAC

AVEC ALELI
- 18:45 (60') — YOGA

AVEC ESMY
- 19:45 (60') — ZUMBA

MARDI

AVEC ALELI
- 9:30 (60') — YOGA VINYASA

AVEC AMIDOU
- 12:15 (45') — FAC
- 13:00 (15') — BODY SLIDE

AVEC RAHIAN
- 18:00 (45'') — BODY BARRE
- 18:45 (45') — STEP NIVEAU 1
- 19:30 (45'') — CROSS TRAINING
- 20:15 (30') — STRETCHING

MERCREDI

AVEC RAHIAN
- 9:30 (60') — GYM DOUCE
- 10:30 (45') — FAC

AVEC ANAÏS
- 18:00 (45') — FAC
- 18:45 (60') — PILATES
- 19:45 (60') — YOGA

JEUDI

AVEC FLORIE
- 9:30 (60') — YOGA
- 10:30 (15') — SOUPLESSE
- 10:45 (45') — YOGI PILATES

AVEC AMIDOU
- 12:15 (45') — CROSS TRAINING

- 18:00 (45') — CROSS TRAINING
- 18:45 (45') — FAC
- 19:30 (60') — ZUMBA
- 20:30 (30') — ABDOS FESSIERS

VENDREDI

AVEC AMIDOU
- 10:00 (30') — TAILLE ABDOS
- 10:30 (30') — FESSIERS CUISSES
- 11:00 (30') — STRETCHING

AVEC AMIDOU
- 12:30 (30') — BODY SLIDE
- 13:00 (30') — CROSS TRAINING

AVEC MARIZ
- 18:00 (45') — BODY BARRE
- 18:45 (45') — FAC
- 19:30 (30') — STRETCHING

SAMEDI

AVEC RAHIAN
- 10:15 (45') — CROSS TRAINING
- 11:00 (45') — FAC
- 11:45 (45') — BOXE

DIMANCHE

AVEC ALISON
- 10:15 (60') — YOGA
- 11:15 (45') — YOGI PILATES
- 12:00 (60') — YOGA

HORAIRES

SEMAINE : 9H00 - 21H00

SAMEDI : 10H - 17H

DIMANCHE : 10H - 14H

PLANNING SUSCEPTIBLE D'ÊTRE MODIFIE SANS PREAVIS

57 AVENUE HENRI MARTIN - 94100 SAINT MAUR - TEL : 01 48 83 15 33