

PLANNING FITNESS

MagicForm

SAINT MAUR 2025 / 2026



LUNDI

AVEC ALEXANDRA

9:30
30' | TAILLE
ABDOS

10:00
30' | FESSIERS
CUISSSES

10:30
30' | BODY
SCULPT

AVEC ALEXANDRA

12:15
60' | MAGIC
CARDIO

AVEC ANDREI

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 ANAIS

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' | ZUMBA

19:30
45' | ZUMBA

20:15
30' | ABDOS
FESSIERS

20:45
30' | SWISS BALL

VENDREDI

AVEC AMIDOU

10:00
30' | TAILLE
ABDOS

10:30
30' | FESSIERS
CUISSSES

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