

PLANNING COURS COLLECTIFS

Lundi

ZUMBA

10:30-11:30

**ABDOS
FESSIERS**

11:30-12:00

STRETCHING

12:00-12:15

BODYSCULPT

18:00-19:00

PILATES

19:00-20:00

Magic Form
LE PLESSIS TRÉVISE

Mardi

CAF

09:30-10:30

STRETCHING

10:30-11:00

BODYBARRE

18:00-18:45

**ABDOS
FESSIERS**

18:45-19:15

BIKING

19:15-19:45

ZUMBA

20:00-21:00

Mercredi

CAF

09:30-10:15

BODYSCULPT

10:15-11:00

STRETCHING

11:00-11:30

CAF

18:00-18:30

PILATES

18:30-19:30

Jeudi

**ABDOS
FESSIERS**

09:30-10:00

**DOS
POITRINE**

10:00-10:30

STRETCHING

10:30-11:00

STEP

18:00-18:45

**100%
ABDOS**

18:45-19:00

ZUMBA

19:00-20:00

ZUMBA

20:00-21:00

Vendredi

**MAGIC
SCULPT**

09:30-10:00

**ABDOS
FESSIERS**

10:00-10:30

STRETCHING

10:30-11:00

**MAGIC
SCULPT**

18:00-18:45

**ABDO
FESSIERS**

18:45-19:15

**CARDIO
MOVE**

19:15-19:45

STRETCHING

19:45-20h00

Samedi

FULL BODY

10:00-11:00

**ABDOS
FESSIERS**

11:00-11:15

STRETCHING

11:15-11:30

YOGA

11:30-12:30

Dimanche

ENTRAÎNEMENT LIBRE !



magicformleplessisrevise



Magic-Form Le Plessis
Trévisé



01 45 94 46 60

HORAIRES

DU LUNDI AU
VENDREDI

08:00-21:30

SAMEDI

09:30-17:00

DIMANCHE

09:30-14:00

27 AV. DU GÉNÉRAL DE GAULLE, 94420, LE PLESSIS TRÉVISE