

PLANNING COURS COLLECTIFS

HORAIRES DU CLUB:

SEMAINE 08h- 22h
 Samedi 09h- 18h
 Dimanche 10h-16h

01 48 35 05 15

magicformlebourget@gmail.com

 magic form le bourget

 Magicform.lebourget

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09h30 – 10h30	PILATES		10h00 – 10h45 MOBILITE MF	10h00 – 10h45 BODY SCULPT	10h00 – 10h45 RENFO	10h00 – 10h45 RENFO DOUX	
10h30 – 11h00	ABDO / FESSIERS		10h45 – 11h30 BODY BARRE / ABDO	10h45 – 11h30 CYCLING / ABDO	10h45 – 11h30 CAF	10h45 – 11h30 BOOT CAMP	
11h00 – 11h45	HIIT CARDIO		11h30 – 12h00 STRETCH	11h30 – 12h00 STRETCH	11h30 – 12h00 CYCLING		
11h45 – 12h30	STRETCH						
		18h00 – 18h30 ABDO FLASH					
		18h30 – 19h30 MAGIC PUMP	18h00 – 18h45 CARDIO TRAINING				
18h30 – 19h30	CIRCUIT TRAINING	19h30 – 20h30 DANCE FIT	18h45 – 19h30 RENFO	18h15 – 19h15 FULL BODY	18h30 – 19h15 CAF		
19h30 – 21h00	CARDIO BOXE	20h30 – 21h00 STRETCH	19h30 – 20h15 CYCLING	19h15 – 20h45 CARDIO BOXE	19h15 – 20h30 CROSS TRAINING		