

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 BODY SCULPT	10h00 – 10h30 GYM BALL		10h00 – 10h45 RENFO	10h00 – 10h45 RENFO DOUX	
10h30 – 11h00 ABDO / FESSIERS	10h45 – 11h30 TRX	10h30 – 11h15 100% ABDO		10h45 – 11h30 CAF	10h45 – 11h30 BOOT CAMP	
11h00 – 11h45 STRETCH	11h30 – 12h00 STRETCH	11h15 – 12h00 GYM MOBILITE		11h30 – 12h00 CYCLING		
11h45 – 12h30 HIIT CARDIO						
	18h00 – 18h30 ABDO FLASH					
18h30 – 19h15 GYM ELASTIC	18h30 – 19h30 MAGIC PUMP		18h30 – 19h30 FULL BODY			
19h15 – 20h00 CIRCUIT TRAINING	19h30 – 20h15 ZUMBA MF	18h30 – 19h30 PILATES	19h30 – 20h00 100% FESSIERS	18h30 – 19h15 CAF		
20h00 – 21h00 CARDIO BOXE	20h15 – 21h00 Workshop Dance	19h30 – 20h45 PREPA HYROX	20h00 – 21h00 AERO BOXE	19h15 – 20h30 CROSS TRAINING		