





Magic Form


LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
09H30 - 10H30 PILATES		10H00 - 10H45 C.A.F	10H00 - 10H45 BODY SCULT NEW		10H15 - 10H45 ABDOS FESSIERS	10H00 - 11H00 
10H30 - 11H30 YOGA NEW		10H45 - 11H30 STRETCHING	10H45 - 11H15 STRETCHING NEW		10H45 - 11H15 CIRCUIT TRAINING	11H00 - 11H30 ABDOS FESSIERS NEW
18H30 - 19H00 CIRCUIT TRAINING	18H00 - 18H30 ABDOS FESSIERS	18H00 - 18H45 BODY SCULT	18H30 - 19H30 STEP	18H15 - 18H30 100% ABDOS	11H15 - 12H15 PILATES	11H30 - 12H30 FIT BOXING NEW
19H00 - 19H30 ABDOS FESSIERS	18H30 - 19H00 H.I.I.T	18H45 - 19H30 STRONG	19H30 - 19H45 100% ABDOS NEW	18H30 - 19H00 CARDIO ATTACK		
19H30 - 20H15 CARDIO ATTACK	19H00 - 19H45 BODY BARRE	19H30 - 20H30 	19H45 - 20H45 	19H00 - 19H30 BODY BARRE		
20H15 - 21H15 	19H45 - 20H45 PILATES		20H45 - 21H00 STRETCHING	19H30 - 20H15 YOGA PILATES TAI-CHI NEW		

HORAIRES

Du Lundi au Vendredi
9h00 - 22h00 **NEW**
Samedi
10h00 - 17h00
Dimanche
10h00 - 14h00

-  CARDIO
-  TONIFICATION / RENFO
-  GYM DOUCE
-  CIRCUIT / EFFORT FRACTIONNE

C. Cial La Fontaine Saint Martin, Av du Colonel Fabien, SAINT CYR L'ECOLE, 78 210

 01.30.52.98.38

