

PLANNING MagicForm

7H LUNDI 22H

09h30 **PILATES**
10h30 Anne

10h30 **YOGA**
11h30 Anne

12h30 **Circuit Cardio**
13h00 Will

13h00 **Will Circuit**
13h30 Renfo

17h30 **Christelle**
17h45 Abdos

17h45 **H.I.I.T.**
18h15 Christelle

18h15 **Pierre**
19h15 TONIC

19h15 **Christelle**
20h00 BODYPUMP

20h00 **Christelle**
20h45 RPM

7H MARDI 22H

09h30 **Body Sculpt**
10h30 Christelle

10h30 **Stretching**
11h30 Christelle

12h30 **Circuit Renfo**
13h15 Christelle

18h00 **Quentin**
19h00 C.A.F.

19h00 **Cynthia**
20h00 YOGA

20h00 **Cardio Attack**
21h00 Quentin

7H MERCREDI 22H

09h30 **FIT BALANCE**
10h30 Christelle

10h30 **Pilates**
11h30 Christelle

12h30 **RPM**
13h00 Agathe

13h00 **TRY**
13h30 Agathe

18h00 **TRX**
18h30 Agathe

18h30 **Agathe**
19h00 Circuit Renfo

19h00 **Agathe**
19h45 RPM

20h15 **Pole Dance**
21h15 Agathe

7H JEUDI 22H

09h30 **ZUMBA**
10h30 Aurélie

10h30 **Stretching**
11h00 Agathe

11h00 **FULL BODY**
11h30 Agathe

12h30 **Agathe**
13h30 Pole Dance

18h00 **Samuel**
19h00 BODYPUMP

19h00 **Samuel**
20h00 Cardio Boxe

7H VENDREDI 21H

09h30 **Cardio**
10h30 Lydie Boxe

10h30 **Stretching**
11h30 Lydie

17h30 **William**
18h30 Circuit Training

17h30 **Mustapha**
18h30 Step Débutant

18h30 **Mustapha**
19h30 L.I.A. confirmé

19h30 **Step**
20h30 confirmé

Mustapha

9H SAMEDI 20H

10h00 **RPM**
10h45 Andréa

11h00 **H.I.I.T.**
11h30 Andréa

17h15 **Thibault**
18h15 SALSA

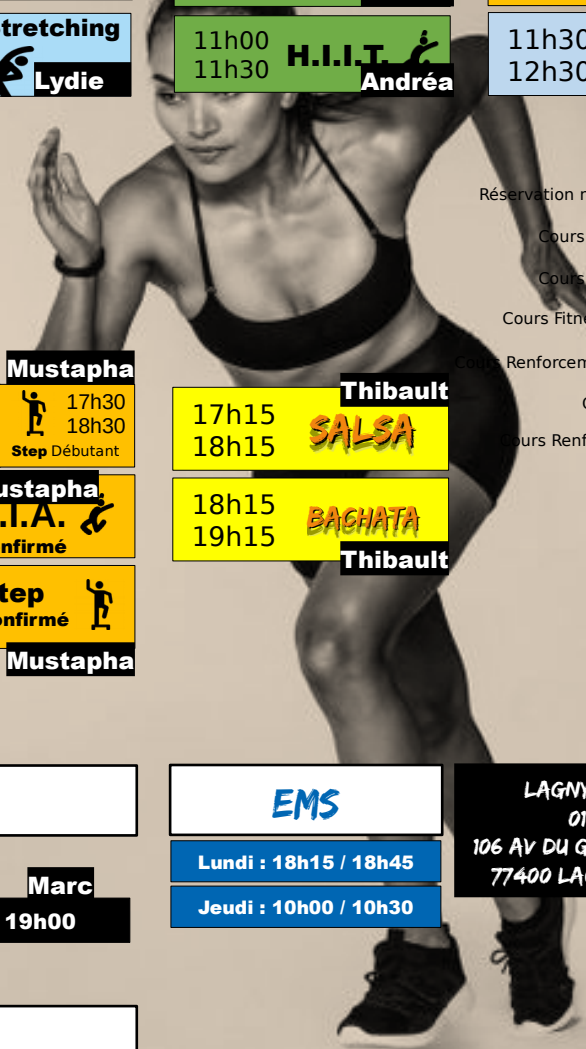
18h15 **Thibault**
19h15 BACHATA

9H DIMANCHE 20H

10h30 **ZUMBA**
11h30 Aurélie

11h30 **Yoga**
12h30 Cynthia

- Réservation nécessaire
- Cours de cardio
- Cours de danse
- Cours Fitness dansé
- Renforcement doux
- Cours Zen
- Cours Renforcement



COURS DE CROSS ET DE BOXE

17h30 - 18h30 **Joffrey**

18h30 - 20h00 **Luc**

19h00 - 20h00 **Quentin**

17h30 - 18h30 **JR**

18h30 - 20h00 **Kevin**

18h00 - 19h00 **Marc**

18h00 - 19h00 **Marc**

COACHING PLATEAU Edem

09h00 - 11h00

09h00 - 11h00

09h00 - 11h00

09h00 - 10h00

09h00 - 11h00

17h00 - 19h00

EMS

Lundi : 18h15 / 18h45

Jedi : 10h00 / 10h30

LAGNY SUR MARNE
0160313131
106 AV DU GÉNÉRAL LECLERC
77400 LAGNY SUR MARNE

RETROUVEZ TOUTES LES ACTUALITÉS DU CLUB ET LE PLANNING EN DIRECT SUR L'APPLICATION :

Magic Form **MagicForm France**

