

# PLANNING COURS COLLECTIFS

Magic Form  
Troyes

LUNDI MARDI MERCREDI JEUDI VENDREDI SAMEDI DIMANCHE

MATIN

<i>Flore / Aurélien</i>	<i>Alex</i>	<i>Marine</i>	<i>Aurélien</i>	<i>Aurélien</i>	<i>Alex</i>	<i>Tony</i>
09h45 – 10h30 <b>YOGA</b>	10h00 – 10h45 <b>RENFO</b>	10h – 10h45 <b>ZUMBA</b>	10h – 10h45 <b>BODY SCULPT</b>	10h – 10h45 <b>CAF</b>		
10h30 – 11h <b>SWISS BALL</b>	10h45 – 11h15 <b>GYM DOUCE</b>	10h45 – 11h <b>100% ABDOS</b>	10h45 – 11h15 <b>SPÉCIAL FESSIERS</b>	10h45 – 11h15 <b>TRAINING POSTURAL</b>	10h15 – 10h45 <b>SWISS BALL</b>	10h30 – 11h <b>BODY BARRE</b>
11h – 11h30 <b>STRETCHING</b>		11h – 11h15 <b>STRETCHING</b>			10h45 – 11h30 <b>CAF</b>	11h – 11h45 <b>TABATA</b>

MIDI

<i>Marine</i>	<i>Alex</i>	<i>Marine</i>	<i>Gaël</i>	<i>Alex</i>
12h30 – 13h15 <b>ZUMBA</b>	12h30 – 13h15 <b>CIRCUIT TRAINING</b>	12h30 – 13h15 <b>BODY BARRE</b>	12h30 – 13h15 <b>PILATES</b>	12h30 – 13h15 <b>CROSS TRAINING</b>

SOIRÉE

<i>Alex</i>	<i>Alex</i>	<i>Marine</i>	<i>Flore / Marine</i> <i>Tony</i>	<i>Abdel</i>
18h – 18h30 <b>CAF</b>	18h – 18h45 <b>RENFO</b>	18h – 18h30 <b>CAF</b>	18h30 – 19h30 <b>YOGA</b>	18h30 – 19h <b>BODY SCULPT</b>
18h30 – 19h15 <b>STEP</b>	18h45 – 19h30 <b>BIKING</b>	18h30 – 19h15 <b>CARDIO BOXING</b>	19h30 – 20h15 <b>ZUMBA</b>	19h – 19h15 <b>100% ABDOS</b>
19h15 – 20h15 <b>CROSS TRAINING</b>	19h30 – 20h <b>100% ABDOS</b>	19h15 – 20h <b>STEP</b>	19h30 – 20h30 <b>CROSS TRAINING</b>	19h15 – 20h <b>CIRCUIT TRAINING</b>
	20h – 21h <b>CROSS TRAINING</b>			

A PARTIR DU 18 Avril

## HORAIRES DU CLUB :

SEMAINE 08h-22h  
WEEKEND 10h-18h

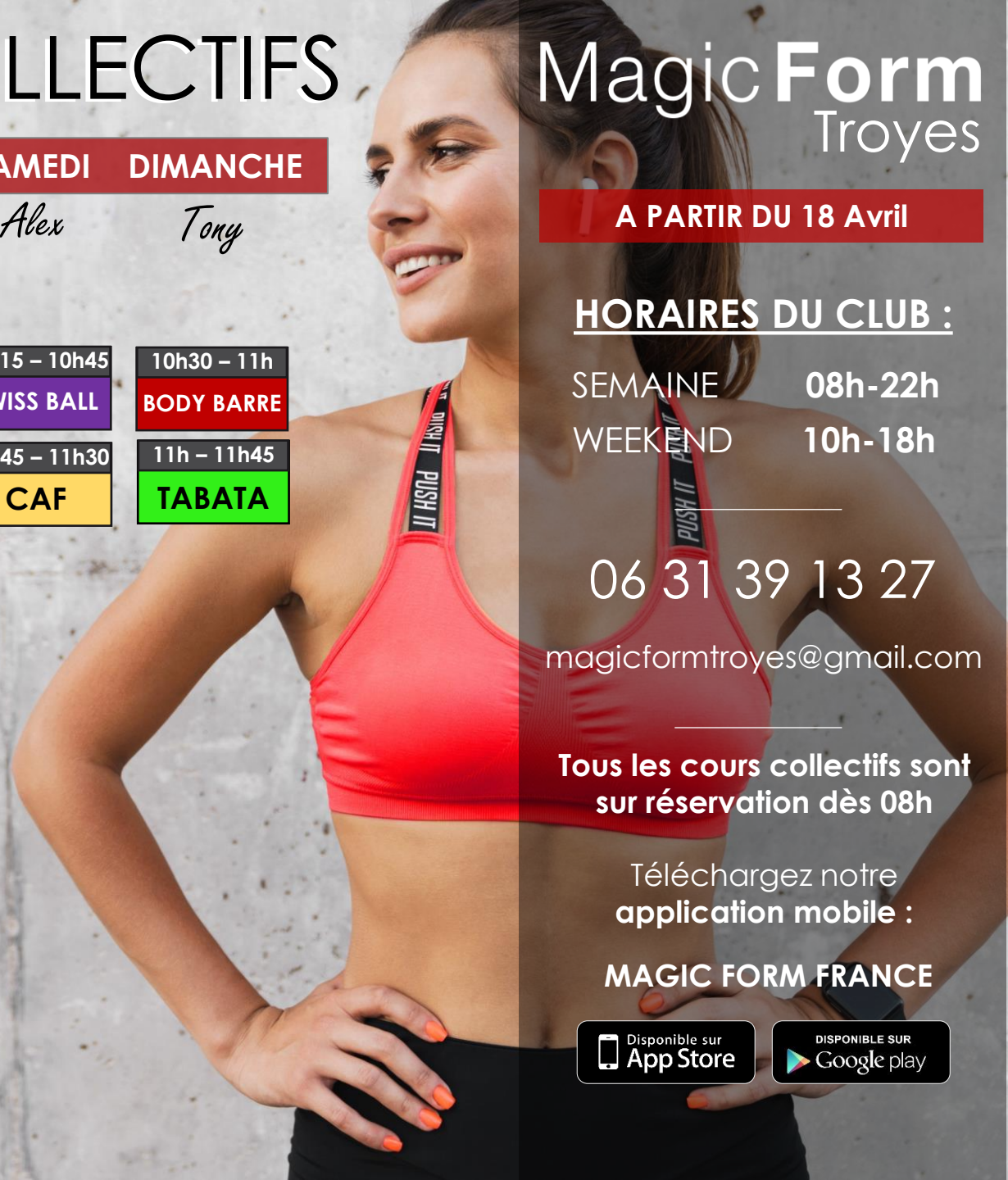
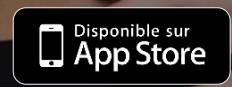
06 31 39 13 27

magicformtroyes@gmail.com

Tous les cours collectifs sont sur réservation dès 08h

Téléchargez notre application mobile :

MAGIC FORM FRANCE





# PLANNING COURS COLLECTIFS

Magic Form  
Troyes

A PARTIR DU 14 MARS

## HORAIRE DU CLUB :

SEMAINE 08h-22h

WEEKEND 10h-18h

03 25 41 58 58

magicformtroyes@gmail.com

Tous les cours collectifs sont  
sur réservation dès 08h

Téléchargez notre  
application mobile :

MAGIC FORM FRANCE



MATIN

MIDI

SOIRÉE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	<i>Aurélien</i>	<i>Alex</i>	<i>Marine</i>	<i>Aurélien</i>	<i>Aurélien</i>	<i>Alex</i>	<i>Tony</i>
	10h00 - 10h30	10h00 - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h45	10h - 10h45		
	CAF	RENFO	ZUMBA	BODY SCULPT	CAF		
	10h30 - 11h	10h45 - 11h15	10h45 - 11h	10h45 - 11h15	10h45 - 11h	10h00 - 10h30	10h30 - 11h
	SWISS BALL	GYM DOUCE	100% ABDOS	SPECIAL FESSIERS	100% ABDOS	SWISS BALL	BODY BARRE
	11h - 11h15		11h - 11h15		11h - 11h15	10h30 - 11h15	11h - 11h45
	STRETCHING		STRETCHING		STRETCHING	CAF	TABATA
	<i>Marine</i>	<i>Alex</i>	<i>Marine</i>	<i>Gaël</i>	<i>Alex</i>		
	12h30 - 13h15	12h30 - 13h15	12h30 - 13h15	12h30 - 13h15	12h30 - 13h15		
	ZUMBA	CIRCUIT TRAINING	BODY BARRE	PILATES	CROSS TRAINING		
	<i>Alex</i>	<i>Alex</i>	<i>Marine</i>	<i>Flore / Marine</i> <i>Tony</i>	<i>Abdel</i>		
	18h - 18h30	18h - 18h45	18h - 18h30	18h30 - 19h30	18h30 - 19h		
	CAF	RENFO	CAF	YOGA	BODY SCULPT		
	18h30 - 19h15	18h45 - 19h30	18h30 - 19h15	19h30 - 20h	19h - 19h15		
	STEP	BIKING	CARDIO BOXING	ZUMBA	100% ABDOS		
	19h15 - 20h15	19h30 - 20h	19h15 - 20h	19h30 - 20h30	19h15 - 20h		
	CROSS TRAINING	100% ABDOS	STEP	CROSS TRAINING	CIRCUIT TRAINING		
		20h - 21h					
		CROSS TRAINING					

