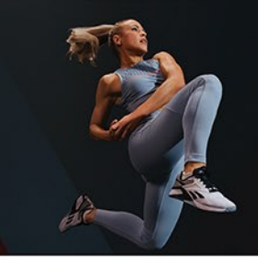

Magic Form

COURS COLLECTIFS

LUNDI

STUDIO 2	MF+
09h00 - 10h00 HATHA YOGA	
10h15 - 11h00 RENFO GÉNÉRAL	
11h00 - 11h45 POSTURAL	
12h30 - 13h15 INTERVAL TRAINING	
17h15 - 18h00 BODY BARRE	17h15 - 18h15 CROSS TRAINING
18h00 - 18h45 LesMILLS BODYATTACK	17h30 - 18h15 LesMILLS THE TRIP
18h45 - 19h30 LesMILLS BODYBALANCE	18h30 - 19h15 LesMILLS THE TRIP / 18h15 - 19h15 CROSS TRAINING
19h30 - 20h15 LesMILLS BODYCOMBAT	19h15 - 20h15 CROSS TRAINING
20h15 - 21h15 YOGA ASHTANGA	

MARDI

STUDIO 2	MF+
10h00 - 11h00 PILATES	12h15 - 13h00 BOXING FURY
11h00 - 11h30 ABDOS FESSIERS	13h00 - 13h45 BOXING FURY
	17h00 - 17h45 BOXING FURY
	12h30 - 13h15 LesMILLS THE TRIP / 17h15 - 18h15 CROSS TRAINING
17h00 - 17h45 CUISSES ABDOS FESSIERS	17h45 - 18h30 BOXING FURY / 18h15 - 19h15 CROSS TRAINING
17h45 - 18h45 YOGA VINYASA	18h00 - 19h00 BIKING / 18h30 - 19h15 BOXING FURY
18h45 - 19h35 LesMILLS BODYJAM	19h15 - 20h15 CROSS TRAINING
19h35 - 20h20 CIRCUIT FORM	19h20 - 20h20 BIKING / 19h15 - 20h00 BOXING FURY
20h20 - 21h05 PILATES	20h00 - 20h45 BOXING FURY

MERCREDI

STUDIO 2	MF+
10h00 - 10h45 BODY SCULPT	8h00 - 9h00 CROSS TRAINING
10h45 - 11h30 POSTURAL	
12h30 - 13h30 YOGA VINYASA	
	17h45 - 18h45 CROSS TRAINING
17h45 - 18h30 CUISSES ABDOS FESSIERS	
18h30 - 19h15 BODY BARRE	18h30 - 19h15 BIKING / 18h45 - 19h45 CROSS TRAINING
19h15 - 20h00 LesMILLS BODYBALANCE	19h15 - 20h00 LesMILLS THE TRIP
20h00 - 20h45 LesMILLS BODYCOMBAT	19h45 - 20h45 CROSS TRAINING

JEUDI

STUDIO 2	MF+
10h00 - 11h00 PILATES STRETCH	
11h00 - 11h30 ABDOS FESSIERS	17h00 - 17h45 BOXING FURY
	17h30 - 18h30 CROSS TRAINING
12h30 - 13h15 CIRCUIT FORM	17h45 - 18h30 BOXING FURY
	18h30 - 19h30 CROSS TRAINING
17h30 - 18h15 INTERVAL TRAINING	18h30 - 19h15 BOXING FURY
18h15 - 19h00 CUISSES ABDOS FESSIERS	18h00 - 18h45 BIKING / 19h15 - 20h00 BOXING FURY
19h00 - 19h50 LesMILLS BODYJAM	19h00 - 19h45 BIKING / 19h30 - 20h30 CROSS TRAINING
19h50 - 20h20 STRETCH RELAXATION	20h00 - 20h45 BOXING FURY

VENDREDI

STUDIO 2	MF+
10h30 - 11h30 CAF STRETCH	
12h30 - 13h15 BODY BARRE	
	17h00 - 18h00 CROSS TRAINING
17h30 - 18h15 BODY SCULPT	18h00 - 19h00 CROSS TRAINING
19h00 - 19h45 PILATES	18h15 - 19h00 LesMILLS THE TRIP
19h45 - 20h30 INTERVAL TRAINING	19h00 - 20h00 CROSS TRAINING

SAMEDI

STUDIO 2	MF+
9h30 - 10h30 HATHA YOGA	9h30 - 10h30 CROSS TRAINING
10h30 - 11h15 CUISSES ABDOS FESSIERS	
11h15 - 12h00 BODY BARRE	12h00 - 12h45 BIKING

DIMANCHE

STUDIO 2	
10h30 - 11h00 100% ABDOS	
11h00 - 12h00 INTERVAL TRAINING	
12h00 - 12h30 STRETCH	

RÉSERVATION OBLIGATOIRE DE TOUS VOS COURS SUR L'APPLICATION MAGIC FORM FRANCE

Disponible sur App Store

DISPONIBLE SUR Google play

OUVERT 7/7
LUNDI AU VENDREDI : 8h00 > 21h30
SAMEDI : 09h00 > 16h00
DIMANCHE : 09h00 > 13h00

09 50 47 14 97

75 Cours d'Albret
33000 Bordeaux