


PLANNING FITNESS
JUIN / JUILLET / AOUT 2021


Magic Form

COURS COLLECTIFS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00 - 10h45  RENFO GÉNÉRAL	10h30 - 11h15  BODY BARRE	10h30 - 11h15  GOOD MORNING	10h30 - 11h15  CUISSSES ABDOS FESSIERS	10h30 - 11h30  YOGA	10h30 - 11h15  BODY BARRE	10h30 - 11h15  PILATES
11h00 - 11h45  POSTURAL					11h30 - 12h15  BIKING	11h30 - 12h15  BODY SCULPT
12h30 - 13h15  YOGA	12h30 - 13h15  BIKING	12h30 - 13h15  CORPS ET ESPRIT	12h30 - 13h15  CIRCUIT MINCEUR	12h30 - 13h15  BODY SCULPT		
18h00 - 18h45  BODY SCULPT	18h00 - 18h45  BIKING	18h00 - 18h45  CARDIO BOXE	18h00 - 18h45  RENFO GÉNÉRAL	18h00 - 18h45  ZUMBA		
19h00 - 19h45  INTERVAL TRAINING	19h00 - 19h45  PILATES	19h00 - 19h45  INTERVAL TRAINING	19h00 - 19h45  BIKING	19h00 - 19h45  CUISSSES ABDOS FESSIERS		

 18h30 - 19h30
COURS EN EXTERIEUR
LE JEUDI SOIR
CROSS TRAINING /
BIKING / RUNNING /
CIRCUIT TRAINING

 Les cours sont tous en réservation sur l'application **RESAMANIA** 

 1 Place Buffon
33320 Tajllan-Médoc

OUVERT 7/7
LUNDI AU VENDREDI : 9h30 > 20h30
SAMEDI & DIMANCHE : 10h00 > 13h00

