

PLANNING RENTREE 2018

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE	
09h30-10h15 C.A.F	10h00-11h00 YOGA	10h00-10h45 C.A.F	09h30-10h30 BODY SCULPT	9H00-10h00 BODY PUMP	09h30-10h45 YOGA	10h30-11h15 CIRCUIT-TRAINING	
10h15-11h00 ZUMBA		10h45-11h30 PILATES	10h30-11h15 L.I.A	10h00-10h45 STEP	10h45-11h30 PILATES*	11h15-12h00 STEP	
11h00-11h30 STRETCHING		11h30-12h30 BARRE AU SOL	11h15-12h00 STRETCHING	10h45-11h30 BODY-SCULPT	11h30-12h30 ZUMBA	12h00-12h30 STRETCHING	
		12h30-13h30 PILOXING	12h30-13h30 LADY-BOXING	12h30-13h30 BODY-SCULPT	11h30-12h00 GYM ZEN	12h30-13h15 ABDOS- FESSIERS	
		13h30-14h15 GYM ZEN		13h30-14h15 STRETCHING	12h30-13h30 BARRE AU SOL	15h30-16h30 BOXE	
MAGIC FORM VINCENNES 12 Rue Robert Giraudineau Tel:01.48.20.20							
		18h15-19h00 PILATES	18h00-18h45 INTERVALLE TRAINING		<u>HORAIRE</u> <u>D'OUVERTURE:</u>		
18h00-18h30 BODY-SCULPT	18h00-18h45 BODY PUMP	19h00-19h45 BODY-CARDIO	18h45-19h30 BODY-BARRE	18h00-19h00 BODY PUMP	<u>Lundi au</u> <u>Vendredi:</u>		
18h30-19h15 STEP	18h45-19h30 PILATES	19h45-20h00 ABDOS-FLASH	19h30-20h30 ZUMBA	19h00-20h00 PILATES	08h00-21h30		
19H15-20H00 L.I.A	19h30-20h15 STEP	20H-20h45 ZUMBA	20h30-21h15 LADY-BOXING	20h00-21h00 YOGA	<u>Samedi :</u> 09h00-18h00		
20h00-21h00 BARRE AU SOL	20h15-21h00 L.I.A				<u>Dimanche :</u> 10h00-14h00		

*Planning modifiable QI-GONG 1 samedi sur 2