

PLANNING COURS COLLECTIFS 2017

(A partir du 09 janvier)

magic
Créteil **FORM**

LUNDI

10h00 – 10h45
LES MILLS
RPM

10h45 – 11h15
STRETCHING

12h00 – 12h30
CAF

12h30 – 13h15
CROSS
TRAINING

17h30 – 18h00
CAF

18h00 – 18h45
STEP 1

18h45 – 19h45
LES MILLS
RPM

18h45 – 19h45
LES MILLS
BODYPUMP

19h45 – 20h45
ZUMBA

20h45 – 21h15
100% ABDOS

MARDI

10h30 – 11h15
STRETCHING

11h15 – 12h00
SWISS BALL

12h00 – 12h45
LES MILLS
BODYBALANCE

12h45 – 13h30
LES MILLS
RPM

17h30 – 18h00
GYM DOUCE

18h00 – 18h30
100% ABDOS

18h30 – 19h15
LES MILLS
BODYCOMBAT

19h15 – 20h00
LES MILLS
RPM

19h15 – 20h30
HATHA YOGA

20h30 – 21h45
KIZOMBA

MERCREDI

10h00 – 10h30
PILATES

10h30 – 11h15
GYM BODY

11h15 – 12h00
STRETCHING

12h45 – 13h30
HIIT

14h00 – 16h00
HIP HOP
ZUMBA
ENFANTS

17h30 – 18h00
CUISSSES
FESSIERS

18h00 – 18h45
STEP Débutant

18h45 – 19h15
100% ABDOS

19h15 – 20h00
AFRO CARAIBEANS

20h00 – 20h45
LES MILLS
RPM

20h00 – 21h30
KRAV MAGA

JEUDI

10h00 – 10h45
CAF

10h45 – 11h30
MIX DANCE

12h00 – 12h45
CROSS
TRAINING

12h45 – 13h30
LES MILLS
BODYCOMBAT

18h15 – 19h00
LES MILLS
BODYPUMP

19h00 – 19h45
LES MILLS
BODYCOMBAT

19h45 – 20h30
ZUMBA

20h30 – 21h15
LES MILLS
RPM

VENDREDI

10h00 – 11h00
HATHA YOGA

11h00 – 11h45
STEP Débutant

11h45 – 12h15
100% ABDOS

12h15 – 12h45
CULTURE
PHYSIQUE

12h45 – 13h30
LES MILLS
RPM

17h00 – 17h30
STRETCHING

17h30 – 18h00
PILATES

18h00 – 18h45
GYM BODY

18h45 – 19h30
LES MILLS
BODYCOMBAT

19h30 – 20h30
FD
FULL BODY COORDINATION TRAINING

19h30 – 20h30
LES MILLS
RPM

SAMEDI

10h15 – 10h45
SWISS BALL

10h45 – 11h30
CARDIO
ATTACK

11h30 – 12h15
ZUMBA

12h15 – 12h45
CULTURE
PHYSIQUE

12h45 – 13h45
CAPOEIRA

14h30 – 16h00
KRAV MAGA

DIMANCHE

10h00 – 10h45
PILATES

10h45 – 11h30
STEP 2

11h30 – 12h15
LES MILLS
BODYPUMP

12h15 – 13h00
LES MILLS
RPM

NOUVEAUX COURS POUR 2017 :

LES MILLS
BODYCOMBAT

LES MILLS
RPM

LES MILLS
BODYPUMP

LES MILLS
BODYBALANCE

CAPOEIRA - HIIT - SWISSBALL

HORAIRES :

LUNDI – JEUDI : 9h00 – 22h00

VENDREDI : 9h00 – 21h00

SAMEDI : 9h00 – 17h00

DIMANCHE : 9h00 – 14h00

01.48.98.04.04

20, avenue du maréchal de
Lattre de Tassigny
94000 CRÉTEIL

Disponible sur
App Store

DISPONIBLE SUR
Google play



www.magicformcreteil.fr

magicformcreteil@yahoo.com

Retrouvez également le planning sur notre application mobile