

LUNDI

STUDIO 2 STUDIO 1



12h30 - 13h15
BODY BARRE

18h00 - 18h45
BODY BARRE

18h45 - 19h30
CARDIO BOXE

19h30 - 20h45
YOGA

19h30 - 20h15
CUISSES ABDOS FESSIERS

18h45 - 19h30
BIKING*

19h30 - 20h30
MAGIC RUNNING ~ 6 km

MARDI

STUDIO 2



10h00 - 11h00
PILATES

11h00 - 11h30
STRETCH

12h30 - 13h15
CARDIO BOXE

18h00 - 18h45
INTERVAL TRAINING

18h45 - 19h30
BODY SCULPT

19h30 - 20h30
PILATES

19h30 - 20h30
BIKING*

MERCREDI

STUDIO 2



7h00 - 8h00
TOUR DES PONTS

10h00 - 10h30
BODY BARRE

10h30 - 11h00
CARDIO BOXE

11h00 - 11h30
ABDOS FESSIERS

12h30 - 13h15
PILATES

12h30 - 13h15
BIKING*



18h00 - 18h30
ABDOS FESSIERS

18h00 - 19h00
CROSS TRAINING*

19h00 - 20h00
CROSS TRAINING*

19h15 - 20h00
INTERVAL TRAINING

20h00 - 20h30
100% ABDOS

18h30 - 19h15
BIKING*

19h30 - 20h30
MAGIC RUNNING ~ 10 km

JEUDI

STUDIO 2



18h00 - 18h45
STEP

18h45 - 19h45
ZUMBA

18h00 - 19h00
CROSS TRAINING*

19h00 - 20h00
CROSS TRAINING*

19h45 - 20h30
BIKING*

VENREDI

STUDIO 2

18h00 - 19h00
INTERVAL TRAINING

19h00 - 19h45
BODY BARRE

19h45 - 20h30
PILATES

SAMEDI

STUDIO 2

10h30 - 11h15
BODY BARRE

11h15 - 12h00
BIKING*

DIMANCHE

STUDIO 2

10h30 - 11h30
INTERVAL TRAINING

11h30 - 12h00
STRETCH

- RENFORCEMENT MUSCULAIRE
- CARDIO TRAINING
- ÉTIREMENTS ET POSTURES
- DANSE
- BIKE (SUR INSCRIPTION)
- HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING
- EXTÉRIEUR

RÉSA VIA APPLICATION 

30 PLACES BIKING
10 PLACES CROSS TRAINING



RETROUVEZ LE PLANNING SUR NOTRE APPLICATION GRATUITE

DISPONIBLE SUR  Google play

Disponible sur  App Store

OUVERT 7/7
LUNDI, MARDI, JEUDI, VENDREDI : 9h/21h
MERCREDI : 7h/21h
SAMEDI : 9h/13h
DIMANCHE : 9h/13h

☎ 09 50 47 14 97
f magicform.bordeaux



🌐 www.magicform-bordeaux.fr
📍 75 Cours d'Albret - 33000 Bordeaux