

LUNDI

STUDIO 2 STUDIO 1 SOUS SOLS



12h30 - 13h15
INTERVAL TRAINING

18h00 - 18h45
BODY BARRE

18h00 - 18h45
BODY SCULPT

18h45 - 19h30
LesMILLS BODYCOMBAT

18h45 - 19h30
BIKING*

19h30 - 20h45
YOGA

19h30 - 20h15
LesMILLS CXWORX

19h00 - 20h00
SUMMER RUN

MARDI

STUDIO 2 SOUS SOLS

10h00 - 11h00
PILATES

11h00 - 11h30
STRETCH

12h30 - 13h15
BODY BARRE

18h00 - 18h45
ZUMBA

18h45 - 19h30
CUISSSES ABDOS FESSIERS

19h30 - 20h30
BODY BARRE

19h30 - 20h15
BIKING*

MERCREDI

STUDIO 2 EXTÉRIEUR SOUS SOLS

10h00 - 10h30
BODY BARRE

10h30 - 11h00
STEP DÉBUTANT

11h00 - 11h30
PILATES

12h30 - 13h15
LesMILLS CXWORX

18h00 - 18h30
ABDOS FESSIERS

19h15 - 20h00
INTERVAL TRAINING

20h00 - 20h30
100% ABDOS



19h00 - 20h00
SUMMER RUN

12h30 - 13h15
BIKING*

17h45 - 18h45
CROSS TRAINING*

18h30 - 19h15
BIKING*

18h45 - 19h45
CROSS TRAINING*

19h45 - 20h45
CROSS TRAINING*

JEUDI

STUDIO 2 SOUS SOLS



18h00 - 18h45
LesMILLS BODYCOMBAT

18h45 - 19h45
ZUMBA

19h45 - 20h45
YOGA

17h45 - 18h45
CROSS TRAINING*

18h45 - 19h45
CROSS TRAINING*

19h45 - 20h45
CROSS TRAINING*

19h45 - 20h30
BIKING*

VENREDI

STUDIO 2 SOUS SOLS



18h00 - 18h45
STEP

18h45 - 19h30
CUISSSES ABDOS FESSIERS

19h30 - 20h15
PILATES

18h00 - 19h00
CROSS TRAINING*

19h00 - 20h00
CROSS TRAINING*

SAMEDI

STUDIO 2

10h30 - 11h15
BODY BARRE

11h15 - 12h00
BIKING*

12h00 - 12h30
LesMILLS CXWORX

DIMANCHE

STUDIO 2

10h30 - 11h00
100% ABDOS

11h00 - 12h00
INTERVAL TRAINING

12h00 - 12h30
STRETCH

RÉSA VIA APPLICATION
30 PLACES BIKING
10 PLACES CROSS TRAINING



DISPONIBLE SUR
Google play
DISPONIBLE SUR
App Store

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

OUVERT 7/7

LUNDI AU VENDREDI : 8h00 > 21h30
SAMEDI : 9h00 > 13h00
DIMANCHE : 9h00 > 13h00

09 50 47 14 97

magicform.bordeaux

www.magicform-bordeaux.fr

75 Cours d'Albret
33000 Bordeaux