

MERCREDI	
MAGIC +	MAGIC FULL
	08h00 - 09h00  CROSS TRAINING
10h00 - 10h45  BODY SCULPT	
10h45 - 11h30  CORPS & ESPRIT	12h30 - 13h30  YOGA VINYASA
17h20 - 18h05  CUISSSES ABDOS FESSIERS	17h30 - 18h30  CROSS TRAINING
19h00 - 19h50  MOOVE & DANCE	18h15 - 19h00 LES MILLS RPM 
	18h30 - 19h30  CROSS TRAINING

DIMANCHE	
MAGIC +	MAGIC FULL
10h30 - 11h00  100% ABDOS 11h00 - 12h00  INTERVAL TRAINING 12h00 - 12h30  STRETCH	

RÉSE
DE
S



75 Cours d'Albret
33000 Bordeaux