

PLANNING COACH PLATEAU



Maisons-Laffitte

1^{er} BILAN PERSONNALISÉ OFFERT, PRENDRE RENDEZ-VOUS À L'ACCUEIL

LUNDI

09H00-10H00
COACH / ALEX

10H00-11H00
COACH / ALEX

11H00-12H00
COACH / ALEX

 Développé couché
16H00 -16H45
COACH / ALEXANDRE

17H00-18H00
COACH / ALEXANDRE

18H00-19H00
COACH / ALEXANDRE

 BOXE DEBUTANT
19H00-20H00
COACH / SAMUEL

 BOXE INTERMEDIAIRE
20H00-21H00
COACH / SAMUEL

20H00-21H00
COACH / ALEXANDRE

MARDI

16H00-17H00
COACH / ALEXIS

17H00-18H00
COACH / ALEXIS

19H00-20H00
COACH / ALEXIS

 BOXE DEBUTANT
19H00-20H00
COACH / SAMUEL

 BOXE INTERMEDIAIRE
20H00-21H00
COACH / SAMUEL

20H00-21H00
COACH / ALEXIS

MERCREDI

 Calcule VMA
9H00-9H30
COACH / ALEX

10H00-11H00
COACH /
ALEX

16H00-17H00
COACH / ALEXANDRE

17H00-18H00
COACH / ALEXANDRE

18H00-19H00
COACH / ALEXANDRE

JEUDI

 Coaching Squat
16H00-16H30
COACH / JONATHAN

 Développé militaire
16H30-17H00
COACH / JONATHAN

 Coaching Rowings
17H00-17H30
COACH / JONATHAN

18H00-19H00
COACH /
JONATHAN

19H00-20H00
COACH /
JONATHAN

20H00-21H00
COACH /
JONATHAN

VENDREDI

 19H00-19H45
COACH /
ALEXANDRE

20H00-21H00
COACH /
ALEXANDRE

SAMEDI

9H00-10H00
COACH / ALEXIS

10H00-11H00
COACH / ALEXIS

 BOXE DEBUTANT
10H00-11H00
COACH / SAMUEL

 BOXE INTERMEDIAIRE
11H00-12H00
COACH / SAMUEL

 Coaching Dead lift
16H00-16H30
COACH / ALEX

 Coaching squat
16H30-17H00
COACH / ALEX

17H00-18H00
COACH / ALEX

18H00-19H00
COACH / ALEX

19H00-20H00
COACH / ALEX

MAGICFIT MAISONS-LAFFITTE

Tél. 01 34 93 96 46 - contact.ml@magicfit.fr

www.magicfit.fr

MAGICFIT Maisons-Laffitte - N° Siret 627 889 301 - RCS Versailles



MAGICFIT



MAGICFIT FRANCE



APPLICATION MOBILE



PLANNING COURS COLLECTIFS

FITNESS / SEPTEMBRE 2019 – 30 JUIN 2020



Maisons-Laffitte

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H30-10H30 PILATES	9H30-10H30 YOGA HATHA	9H00-10H00 BOXE FITNESS	9H30-10H30 YOGA VINYASA	9H00-10H00 PILATES	10H00-11H00 FIT PUMP	10H00-11H00 FIT PUMP
10H30-11H30 PILATES	11H00-11H45 FIT SCULT	10H00-11H00 KETTLEFIT	10H30-11H30 * GFIT SLIDEBOARD	10H00-11H00 STRETCHING	11H05-12H05 * FIT BIKE	11H00-12H00 * FIT BIKE
11H30-12H15 FIT ATTAC	12H00-13H00 BOOTCAMP	11H00-12H00 CROSS TRAINING	11H30-12H30 FIT PUMP	11H00-12H00 CROSS TRAINING	11H05-12H05 * YOGA VINYASA	12H00-12H30 CUISSSES-ABDOS-FESSI ER
12H15-13H00 FIT PUMP	13H00-13H30 CUISSSES-ABDOS-FESSI ER	13H30-15H00 KRAV MAGA (PARENTS / ENFANT)	12H45-13H30 * FIT BIKE	12H00-13H00 * GYMNASIQUE	12H20-13H00 GRIT	12H30-1315 * FIT BIKE
13H00-13H30 * FIT BIKE	13H30-14H00 STRETCHING	18H30 -19H00 * GRIT			13H00-13H45 * FIT BIKE	12H30 - 14H00 KRAV MAGA
	14H00-15H00 * GYMNASIQUE	19H00-19H30 * TRX			13H00-14H00 * TRX	17H00-18H00 STEP
18H00-19H00 * FIT BIKE	18H00-18H50 CROSS TRAINING	19H00-19H50 FIT ATTAC	18H30-19H00 * FIT BIKE	18H00-19H00 KETTLEFIT	16H00-17H00 KIZOMBA EVOLUTIF	18H00-19H00 PILATES
18H15-19H00 ZUMBA	18H50-19H50 FIT PUMP	19H30-20H00 * TRX	19H10-20H00 CUISSSES-ABDOS-FESSI ER	18H00-19H00 * FIT BIKE	17H00-17H45 BACHATA DEBUTANT	
19H05-20H05 STEP	19H50-20H50 * GYMNASIQUE	19H55-20H55 ZUMBA	19H00-20H00 * TRX	19H05-20H05 FIT PUMP	17H45-18H30 BACHATA INTER	
20H05-21H05 FIT PUMP	19H55-20H55 * FIT BIKE	20H00-20H30 * FIT SPRINT	20H00-21H00 FIT PUMP	20H10-21H10 FIT COMBAT	18H30-1915 SALSA DEBUTANT	
21H10-22H10 STRETCHING	21H00-22H00 PILATES	21H00-22H00 YOGA HATHA	21H00-22H00 * BOXE FRANCAISE	21H00-22H00 * SWISS BALL	19H15-20H00 SALSA INTER	

Planning pouvant être modifié à tout moment de l'année en fonction de la fréquentation, après 5 min de retard, l'accès aux cours peut être refusé par mesure de sécurité
AVERTISSEMENT
 Pour toute réservation non Annulée au préalable
 Nous nous réservons le droit d'annuler votre accès aux services de l'application mobile

MAGICFIT MAISONS-LAFFITTE
 Tél. 01 34 93 96 46 - contact.ml@magicfit.fr
www.magicfit.fr



MAGICFIT



MAGICFIT FRANCE



*APPLICATION MOBILE

