



RÉSERVATION

sur votre application
mobile ou sur votre PC

Site web : Relaxforme.fr



Relaxfytaytre



Relaxfytaytre

Contact : aytre@relaxforme.fr

PLANNING DES COURS FITNESS ET RPM - AYTRÉ

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h-10h45	9h45-10h30	10h-10h45	10h-10h45	9h45-10h30	10h-10h45
CORE	PILATES	LES MILLS Shapes	RPM	PILATES	RPM
11h-11h45		11h-11h45		11h-11h45	11h-11h45
STRETCHING		BODYBALANCE		STRETCHING	CORE
12h25-13h10	12h25-13h10	12h25-13h10	12h25-13h10	12h25-13h20	12h-12h45
BODYPUMP	BODYCOMBAT	RPM	BODYATTACK	BODYBALANCE	BODYBALANCE
17h40-18h25	17h40-18h25	17h40-18h25	17h40-18h25		
BODYBALANCE	CORE	BODYPUMP	LES MILLS Shapes	18h-18h45	
				BODYPUMP	
18h35-19h30	18h35-19h20	18h35-19h20	18h35-19h30	PILATES	
BODYATTACK	BODYPUMP	BODYCOMBAT	BODYJAM	19h-19h45	
	RPM	RPM	RPM	RPM	
19h30-20h15	19h30-20h25	19h30-20h25			
RPM	BODYBALANCE	LES MILLS Shapes			
STEP					

