



RÉSERVATION

sur votre application
mobile ou sur votre PC

Site web : Relaxforme.fr



Contact :
rochefort@relaxforme.fr

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
9H-9H45				07H-07H45	
CIRCUIT CARDIO				RPM	
10h-10h55	10h-10h45	10h-10h45	10h-10h45	10h-10h55	10h-10h45
BODYBALANCE	BODYPUMP	LES MILLS Shapes	RPM	STRETCHING	CORE
11h-11h55	11h-11h45	11h-11h55	11h-11h55	11h-11h45	11h-11h45
PILATES	PILATES ET POSTURE	BODYBALANCE	STRETCHING	CIRCUIT CARDIO	RPM
12h30-13h15	12h30-13h15	12h30-13h15	12h30-13h15	12h30-13h15	
RPM	CORE	BODYPUMP	CIRCUIT CARDIO	BODYBALANCE	
17H35-18H20	17H35-18H20	17H30-18H00	17H35-18H20		14H30-15H15
BODYPUMP	LES MILLS Shapes	CIRCUIT CARDIO	CORE		LES MILLS Shapes
		18H-18H30 18h-18h45	18H20-19H05	18h-18h55	15H30-16H25
		CORE RPM	RPM	PILATES ET POSTURE BODYPUMP	STRETCHING BODYBALANCE
18H30-19H15	18H30-19H15	18H30-19H25	18H30-19H25		
RPM	RPM	BODYCOMBAT	BODYBALANCE		
BODYCOMBAT	BODYJAM	19h25-20h10		19h10-19h55	
		RPM		STEP	
19h35-20h20	19h35-20h20	19h35-20h30	19h35-20h20	RPM	
BODYBALANCE	CORE	STRETCHING	BODYPUMP		

PLANNING FITNESS/RPM

