



RÉSERVATION

sur votre application
mobile ou sur votre PC

Site web : Relaxforme.fr



Contact :
rochefort@relaxforme.fr

PLANNING DES COURS FITNESS ET RPM - ROCHEFORT

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
				7H RPM	
10H BODYBALANCE	10H BODYPUMP	10H LES MILLS Shapes	10H SPINNING	10H CIRCUIT CARDIO	10H LES MILLS Shapes
11H PILATES	11H PILATES	11H BODYBALANCE	11H STRETCHING	11H STRETCHING	11H RPM
12H30 BODYPUMP	12H30 RPM	12H30 ABDOS & GAINAGE	12H30 BODYCOMBAT	12H30 LES MILLS Shapes	12H BODYBALANCE
17H35 BODYPUMP	17H35 LES MILLS Shapes	17H30 ABDOS & GAINAGE	17H35 ABDOS & GAINAGE	17H35 BODYPUMP	
		18H CIRCUIT CARDIO		PILATES	
18H30 RPM BODYCOMBAT	18H30 RPM BODYJAM	18H30 RPM BODYCOMBAT	18H30 BODYBALANCE	18H40 YIN YOGA	
19H35 BODYBALANCE	19H35 BODYPUMP	19H35 STEP	19H35 RPM LES MILLS Shapes		

