



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	12h-12h55
RPM	CORE	BODYPUMP	CIRCUIT CARDIO	BODYBALANCE	BODYBALANCE
17H35-18H20	17H35-18H20	17H30-18H00	17H35-18H20		14H30-15H15
BODYPUMP	LES MILLS Shapes	CIRCUIT CARDIO 18H-18H30 18h-18h45	CORE 18H20-19H05	18h-18h55	LES MILLS Shapes
		CORE RPM	RPM	PILATES ET POSTURE BODYPUMP	
18H30-19H15	18H30-19H15	18H30-19H25	18H30-19H25		
RPM	RPM	BODYCOMBAT	BODYBALANCE		
BODYCOMBAT	BODYJAM	19h25-20h10 RPM		19h10-19h55	
19h35-20h20	19h35-20h20	19h35-20h30	19h35-20h20	STEP	
BODYBALANCE	CORE	STRETCHING	BODYPUMP	RPM	

PLANNING FITNESS/RPM

