



PLANNING DES COURS FITNESS - ROCHEFORT

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h - 10h45 BODYBALANCE	10h - 10h45 <small>LES MILLS</small> CORE	10h - 10h45 BODYPUMP	10h - 10h45	10h - 10h45 BODYPUMP	10h - 10h30
11h - 11h45 PILATES	11h - 11h45	11h - 11h45 STRETCHING	11h - 11h45 BODYBALANCE	11h - 11h45 STRETCHING	11h - 11h45 <small>LES MILLS</small> CORE
12h30 - 13h15	12h30 - 13h15 BODYATTACK	12h30 - 13h15 BODYPUMP	12h30 - 13h15 <small>LES MILLS</small> CORE	12h30 - 13h15 BODYBALANCE	12h - 12h45 BODYBALANCE
17h30 - 18h15 BODYPUMP	17h30 - 18h15 BODYBALANCE	17h30 - 18h BODYPUMP	17h30 - 18h15 <small>LES MILLS</small> CORE	17h45 - 18h30	
18h35 - 19h20	18h35 - 19h20	18h - 18h30 <small>LES MILLS</small> CORE	18h35 - 19h20	18h - 18h45 BODYCOMBAT	
18h40 - 19h25 BODYCOMBAT	18h40 - 19h35 BODYJAM	18h35 - 19h20 BODYBALANCE	18h40 - 19h25 BODYATTACK	18h40 - 19h25	
19h35 - 20h20 BODYBALANCE	19h35 - 20h20 <small>LES MILLS</small> CORE	19h35 - 20h20	19h35 - 20h20 BODYPUMP	19h - 19h55 BODYJAM	

RÉSERVATION VIA **Resamania** *V2*
sur votre application mobile ou sur votre
PC

Site web : Relaxforme.fr

Contact : rochefort@relaxforme.fr

 [RelaxForme.Rochefort](https://www.facebook.com/RelaxForme.Rochefort)

 [Relax_forme_rochefort](https://www.instagram.com/Relax_forme_rochefort)