



PLANNING DES COURS TRAINING - AYTRÉ

RÉSERVATION

sur votre application mobile ou sur votre PC

Site web : Relaxforme.fr



Relaxfytaytre



Relaxfytaytre

Contact : aytre@relaxforme.fr

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	9h15-9h55 CROSS MOBILITÉ		9h15-10h CROSS CORE	9h15-9h55 CROSS MOBILITÉ
	11h-11h30			10h-10h55 Crosstraining
	LES MILLS GRIT CARDIO		12h30-13h10 Crosstraining	12h30-13h00 LES MILLS GRIT STRENGTH
	12h25-13h10 CROSS CORE		17h30-18h00	17h40-18h35 Crosstraining
17h35-18h30 Crosstraining			LES MILLS GRIT CARDIO	
18h35-19h30 CROSS CORE	18h35-19h30 Crosstraining		18h35-19h30 CROSS CORE	
	19h30-20h15 CROSS MOBILITÉ	19h30-20h00 LES MILLS GRIT CARDIO		

