



# PLANNING FITNESS - MARENNES

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10h – 10h55 <b>CROSSTRAINING</b>	10h – 10h45 <b>RPM</b>	10h – 10h45 <b>STEP</b>	10h – 10h45 <b>BODYPUMP</b>	10h00 – 10h45 <b>CIRCUIT TONICITÉ</b>	10h – 10h45 <b>CIRCUIT TONICITÉ</b>
RENFO ABDOS / FESSIERS	<b>CIRCUIT TONICITÉ</b>			<b>YOGA FLOW &amp; YIN</b>	<b>CIRCUIT TONICITÉ</b>
11h – 11h45 <b>STRETCHING</b>	11h – 11h45 <b>PILATES</b>		11h – 11h45 <b>PILATES</b>		11h – 11h45 <b>RPM</b>
12h25 – 13h05 <b>CROSSMOBILITE</b>	12h25 – 13h05 <b>CROSSTRAINING</b>		12h25 – 13h05 <b>CIRCUIT TONICITÉ</b>	12h25 – 13h05 <b>RPM</b>	
17h40 – 18h25 <b>RPM</b>	17h40 – 18h25 <b>PILATES</b>	17h40 – 18h25 <b>RENFO ABDOS / FESSIERS</b>	17h40 – 18h30 <b>PILATES &amp; STRETCH</b>	18h – 18h30 <b>RENFO ABDOS / FESSIERS</b>	
18h35 – 19h20 <b>BODYCOMBAT</b>	18h30 – 19h25 <b>CROSSTRAINING</b>		18h30 – 19h15 <b>CIRCUIT TONICITÉ</b>		
19h30 – 20h25 <b>CROSSTRAINING</b>	18h35 – 19h20 <b>BODYPUMP</b>	18h35 – 19h20 <b>RPM</b>	18h35 – 19h20 <b>BODYCOMBAT</b>	18h35 – 19h20 <b>BODYPUMP</b>	
19h35 – 20h30 <b>STRETCHING</b>	19h35 – 20h20 <b>RPM</b>	19h30 – 20h25 <b>CROSSTRAINING</b>	19h30 – 20h25 <b>CROSSMOBILITE</b>		
		19h35 – 20h30 <b>PILATES &amp; STRETCH</b>	19h35 – 20h30 <b>STEP</b>		

RÉSERVATION  
sur votre application mobile ou  
sur votre PC

Site web : [www.relaxforme.fr](http://www.relaxforme.fr)  
Contact : [marennes@relaxforme.fr](mailto:marennes@relaxforme.fr)

