

PLANNING STUDIO RPM (SEPT. 2024)

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

9H

10H

10H00
10H45  **CINEMA RPM**

11H

11H15 **RPM** SONIA
12H00

12H

11H05 **RPM** AUDREY
11H50

13H

12H15  **CINEMA RPM**
13H00

14H

15H

16H

17H

18H

19H

20H

21H

18H00 **RPM** ANNE SO.
18H45

17H00  **CINEMA RPM**
17H45

18H50 **sprint** SONIA
19H20

19H20 **RPM** JEREM
20H05

18H00  **CINEMA RPM**
18H45

20H15 **RPM** ROMAIN
21H00

10H00  **CINEMA RPM**
10H45

10H45 **sprint** SONIA
11H15

11H30 **RPM** SONIA
12H15

10H00 **RPM** AUD/JER
10H45

11H00  **CINEMA RPM**
11H45

RPM	AMÉLIORE LA CAPACITÉ AÉROBIE BRÛLE DES CALORIES ET DES GRAISSES	➤ UN DES EXERCICES LES PLUS NATUREL : LE VÉLO ! ➤ LE COURS LE PLUS EFFICACE POUR VOS CUISSSES ET VOS FESSIERS. ➤ UNE BALADE LUDIQUE, INTENSE, MOTIVANTE AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ ET DE VOS OBJECTIFS
sprint	AMÉLIORE LA CAPACITÉ AÉROBIE ET DÉVELOPPE LA CONDITION PHYSIQUE	➤ DE LA HAUTE INTENSITÉ AU SERVICE DE VOTRE CONDITION PHYSIQUE ➤ SIMPLEMENT PRÉSENT SUR CE PLANNING AFIN DE VOUS PERMETTRE UN PLUS LARGE CHOIX DE CRÉNAUX HORAIRES. ➤ PERMET AUX DÉBUTANTS DE COMMENCER À LEUR RYTHME.
	AMÉLIORE LA CAPACITÉ AÉROBIE BRÛLE DES CALORIES ET DES GRAISSES	➤ UN COURS DISPENSÉ PAR LES CRÉATEURS EUX MÊMES DU COURS ➤ SIMPLEMENT PRÉSENT SUR CE PLANNING AFIN DE VOUS PERMETTRE UN PLUS LARGE CHOIX DE CRÉNAUX HORAIRES. ➤ PERMET AUX DÉBUTANTS DE COMMENCER À LEUR RYTHME.
	AMÉLIORE LA CAPACITÉ AÉROBIE ET DÉVELOPPE LA CONDITION PHYSIQUE	➤ DE LA HAUTE INTENSITÉ AU SERVICE DE VOTRE CONDITION PHYSIQUE

OUVERT 24H/24 - 7J/7 01 60 29 39 57

ACCUEIL, VENTE, COACHING :

Lun-Jeu : 9H / 21H Ven : 9H / 20H30

Sam : 9H30 / 18H30

Dimanche + Jours Fériés : 9H30 / 12H30

PLUS D'INFORMATION ?

Contactez-nous par mail :

formevasion@HOTMAIL.FR

Retrouvez-nous sur formevasion.fr & suivez-nous sur

