

# PLANNING STUDIO RPM (SEPT. 2024)

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

DIMANCHE

9H

10H

10H00  
10H45 

10H00  
10H45 

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

11H

11H15 **RPM** SONIA  
12H00

11H05 **RPM** AUDREY  
11H50

10H45 **sprint** SONIA  
11H15

11H00   
11H45

12H

13H

12H15  
13H00 

14H

15H

16H

17H

17H00   
17H45

18H00   
18H45

18H

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

19H

19H00 **sprint** SONIA  
19H30

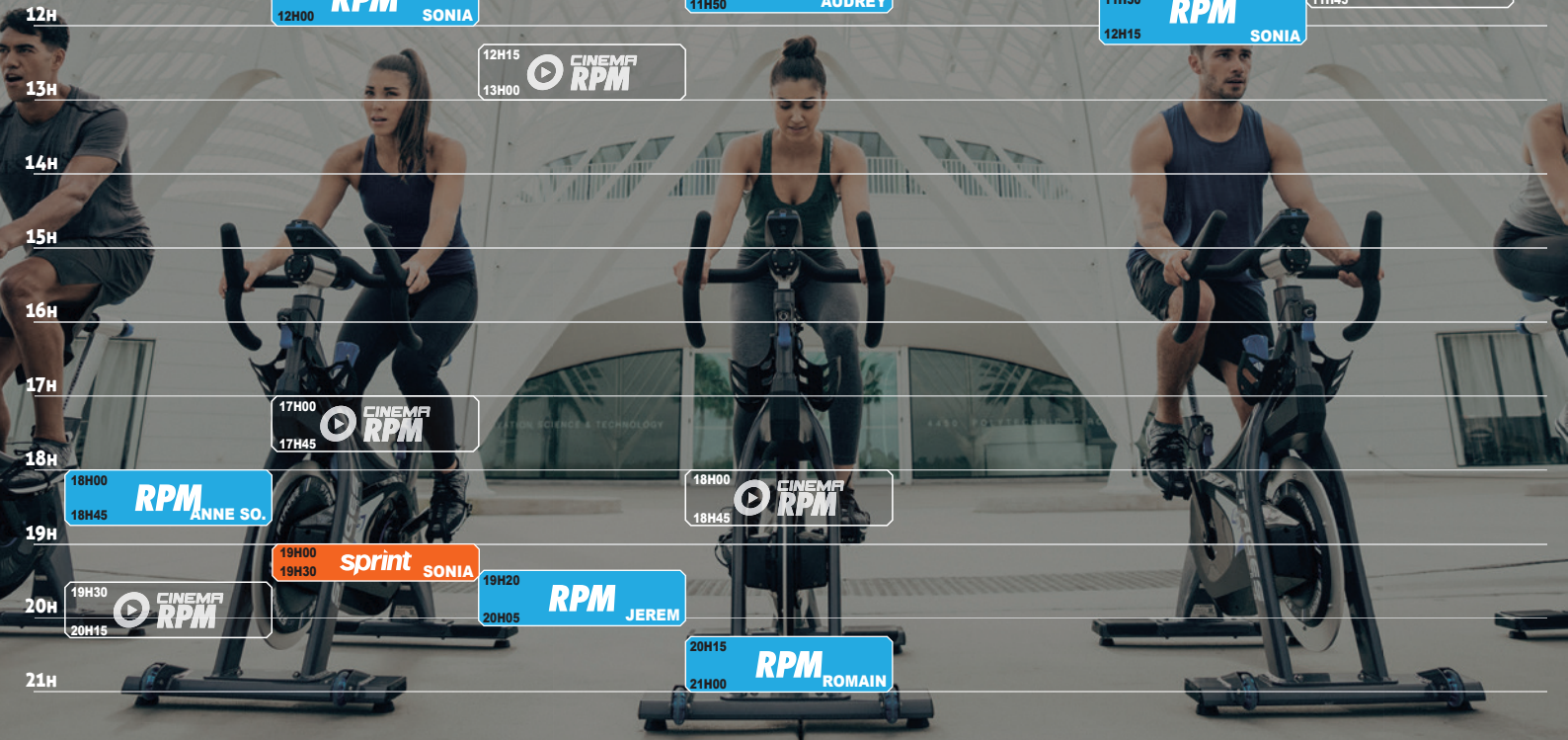
19H20 **RPM** JEREM  
20H05

20H

19H30   
20H15

20H15 **RPM** ROMAIN  
21H00

21H



Réservation sur Resamania : 1D = Votre email / 6jms à l'avance max. / 2 créneaux max. à l'avance par activités.

<p><b>RPM</b></p>	<p>AMÉLIORE LA CAPACITÉ AÉROBIE BRÛLE DES CALORIES ET DES GRAISSES</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ UN DES EXERCICES LES PLUS NATUREL : LE VÉLO !</li> <li>➤ LE COURS LE PLUS EFFICACE POUR VOS CUISSES ET VOS FESSIERS.</li> <li>➤ UNE BALADE LUDIQUE, INTENSE, MOTIVANTE AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ ET DE VOS OBJECTIFS</li> </ul>
<p><b>sprint</b></p>	<p>AMÉLIORE LA CAPACITÉ AÉROBIE ET DÉVELOPPE LA CONDITION PHYSIQUE</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ DE LA HAUTE INTENSITÉ AU SERVICE DE VOTRE CONDITION PHYSIQUE</li> <li>➤ SIMPLEMENT PRÉSENT SUR CE PLANNING AFIN DE VOUS PERMETTRE UN PLUS LARGE CHOIX DE CRÉNAUX HORAIRES.</li> <li>➤ PERMET AUX DÉBUTANTS DE COMMENCER À LEUR RYTHME.</li> </ul>
<p><b>CINEMA RPM</b></p>	<p>AMÉLIORE LA CAPACITÉ AÉROBIE BRÛLE DES CALORIES ET DES GRAISSES</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ UN COURS DISPENSÉ PAR LES CRÉATEURS EUX MÊMES DU COURS</li> <li>➤ SIMPLEMENT PRÉSENT SUR CE PLANNING AFIN DE VOUS PERMETTRE UN PLUS LARGE CHOIX DE CRÉNAUX HORAIRES.</li> <li>➤ PERMET AUX DÉBUTANTS DE COMMENCER À LEUR RYTHME.</li> </ul>
<p><b>CINEMA sprint</b></p>	<p>AMÉLIORE LA CAPACITÉ AÉROBIE ET DÉVELOPPE LA CONDITION PHYSIQUE</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ DE LA HAUTE INTENSITÉ AU SERVICE DE VOTRE CONDITION PHYSIQUE</li> </ul>

**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](mailto:formevasion@hotmail.fr)

Retrouvez-nous sur [formevasion.fr](http://formevasion.fr) & suivez-nous sur

