




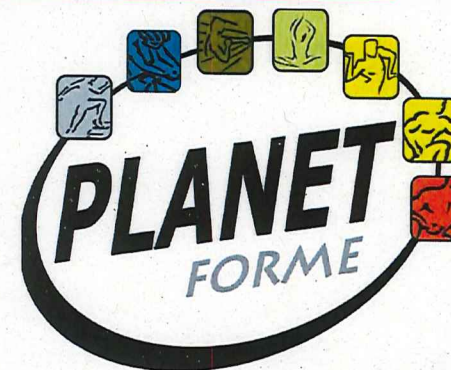
# PLANET FORME

les carandes RD230,14120Mondeville Téléphone: 02 31 830 340

Site web: [www.planetforme-caen.fr](http://www.planetforme-caen.fr)

Email: [planetforme@orange.fr](mailto:planetforme@orange.fr)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9h30-10h30 <b>LES MILLS RPM</b>	9H30-10H15 <b>RENFORCEMENT MUSCULAIRE</b>		9h30-10h30 		10h00-11h00 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	
	10H15- 10H30 <b>ABDOS</b> 				11h00-12h00 <b>LES MILLS RPM</b>	
	10h30-11h00 <b>STRETCH</b> 					
12H30-13h15 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	12h15-12h45 <b>LES MILLS CXWORX</b>	12h30-13h15 <b>LES MILLS RPM</b>	12h15-12h45 <b>LES MILLS CXWORX</b>	12h30-13h00 <b>sprint</b>		
	12h45-13h15 <b>LES MILLS GRIT</b>   <b>CARDIO</b>		12h45-13h15 <b>LES MILLS GRIT</b> <small>STRENGTH</small>			
		18h00-18h30 <b>LES MILLS CXWORX</b>	18h00-19h00 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	18h00-19h00 <b>W8D</b>		
18h15-19h15 <b>BOOT CAMP</b>	18h00-19h00 <b>LES MILLS RPM</b>	18h30-19h30 <b>LES MILLS BODYJAM</b>	19h00-20h00 <b>LES MILLS BODYBALANCE</b>	19h00-20h00 <b>W8D</b>		
19h15-20h15 <b>LES MILLS RPM</b>	19h00-20h00 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	18h30-19h00 <b>sprint</b>				
	20h00-21h00 <b>W8D</b>	19h30-20h30 <b>W8D</b>				



VOTRE CLUB EST OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI DE 5H00 À 23h00 et le samedi et dimanche de 8h00 à 18h00