

PLANNING

ROD

BE PREPARED

CHAMPS ELYSEES

Lun.

12h30	45'	ROD
13h15	45'	Boxing
18h30	45'	TRX
20h00	45'	Boxing

Mar.

12h30	45'	Boxing
13h15	45'	Kinetic Stretch
18h30	45'	TRX
20h00	45'	Boxing

Mer.

08h30	45'	Boxing
12h30	45'	TRX
13h15	45'	Core
19h15	45'	Bootcamp
20h00	45'	ROD

Jeu.

09h15	45'	ROD
13h15	45'	Boxing
18h30	45'	TRX
20h00	45'	ROD

Ven.

12h15	45'	TRX
18h30	45'	Boxing
20h00	45'	ROD

Sam.

12h00	45'	Bootcamp
-------	-----	----------

Dim.

12h00	45'	ROD
-------	-----	-----

*Exclusivement pour les abonnés club ROD
Tous les cours sont à réserver via l'application RITM

