

# PLANNING BIKING 26/27

| LUNDI                                 | MARDI                                 | MERCREDI                              | JEUDI                                 | VENDREDI                              | SAMEDI                                                                                                                                                                                                                                                                              | DIMANCHE                              |
|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 9 <sup>h</sup> 15<br>RPM®<br>(45')    | 7 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45')  |                                       | 8 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45')  |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                       |
| 11 <sup>h</sup> 30<br>SPiVi®<br>(45') | 10 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') | 10 <sup>h</sup> 15<br>RPM®<br>(45')   | 9 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45')  | 10 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') | 10 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45')                                                                                                                                                                                                                                               | 10 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') |
| 12 <sup>h</sup> 30<br>RPM®<br>(45')   | 12 <sup>h</sup> 30<br>RPM®<br>(45')   | 12 <sup>h</sup> 30<br>SPiVi®<br>(45') | 12 <sup>h</sup> 30<br>RPM®<br>(45')   | 12 <sup>h</sup> 30<br>RPM®<br>(45')   | 12 <sup>h</sup> 30<br>RPM®<br>(45')                                                                                                                                                                                                                                                 | 12 <sup>h</sup> 30<br>SPiVi®<br>(45') |
|                                       | 16 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') | 17 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') |                                       | 17 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') | 17 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45')                                                                                                                                                                                                                                               | 17 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') |
| 18 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') | 18 <sup>h</sup> 00<br>SPiVi®<br>(45') |                                       | 18 <sup>h</sup> 00<br>RPM®<br>(45')   | 18 <sup>h</sup> 00<br>SPiVi®<br>(45') | 18 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45')                                                                                                                                                                                                                                               |                                       |
| 19 <sup>h</sup> 15<br>RPM®<br>(45')   | 18 <sup>h</sup> 45<br>RPM®<br>(45')   | 18 <sup>h</sup> 45<br>RPM®<br>(45')   | 18 <sup>h</sup> 45<br>RPM®<br>(45')   | 19 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                       |
|                                       | 19 <sup>h</sup> 45<br>SPiVi®<br>(45') |                                       | 19 <sup>h</sup> 30<br>SPiVi®<br>(45') |                                       | <div>RPM® Cours collectif de vélo indoor animé par un coach et rythmé par la musique, qui améliore l'endurance et brûle des calories.</div> <div>SPiVi® Session interactive de vélo indoor qui projette en temps réel un parcours pour une expérience immersive et motivante.</div> |                                       |
| 21 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') |                                       | 20 <sup>h</sup> 15<br>SPiVi®<br>(45') | 20 <sup>h</sup> 30<br>SPiVi®<br>(45') |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                       |