



# PLANNING DES COURS BIKING - ROCHEFORT

| LUNDI                           | MARDI                            | MERCREDI                         | JEUDI                            | VENREDI                          | SAMEDI                    |
|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|---------------------------|
|                                 | 7h00 - 7h45<br><b>RPM</b>        |                                  |                                  |                                  |                           |
| 9h - 9h45<br><b>THE TRIP</b>    | 9h - 9h45<br><b>THE TRIP</b>     | 9h - 9h45<br><b>THE TRIP</b>     | 9h - 9h45<br><b>THE TRIP</b>     | 9h - 9h45<br><b>THE TRIP</b>     |                           |
| 10h - 10h45<br><b>THE TRIP</b>  | 10h - 10h45<br><b>THE TRIP</b>   | 10h - 10h45<br><b>THE TRIP</b>   | 10h - 10h45<br><b>RPM</b>        | 10h - 10h45<br><b>THE TRIP</b>   |                           |
| 11h-11h45<br><b>THE TRIP</b>    | 11h-11h45<br><b>THE TRIP</b>     | 11h-11h45<br><b>THE TRIP</b>     | 11h-11h45<br><b>THE TRIP</b>     | 11h-11h45<br><b>THE TRIP</b>     | 11h - 11h45<br><b>RPM</b> |
| 12h30 - 13h15<br><b>RPM</b>     | 12h30 - 13h15<br><b>THE TRIP</b> | 12h30 - 13h15<br><b>THE TRIP</b> | 12h30 - 13h15<br><b>THE TRIP</b> | 12h30 - 13h15<br><b>THE TRIP</b> |                           |
| 16h15- 17h<br><b>THE TRIP</b>   | 16h15- 17h<br><b>THE TRIP</b>    | 16h15- 17h<br><b>THE TRIP</b>    | 16h15- 17h<br><b>THE TRIP</b>    | 16h15- 17h<br><b>THE TRIP</b>    |                           |
| 17h30- 18h15<br><b>THE TRIP</b> | 17h30- 18h15<br><b>THE TRIP</b>  | 17h30- 18h15<br><b>THE TRIP</b>  | 17h30- 18h15<br><b>THE TRIP</b>  | 17h30- 18h15<br><b>THE TRIP</b>  |                           |
| 18h35 - 19h20<br><b>RPM</b>     | 18h35- 19h20<br><b>RPM</b>       | 18h35 - 19h20<br><b>RPM</b>      | 18h35 - 19h30<br><b>THE TRIP</b> |                                  |                           |
| 19h35- 20h20<br><b>THE TRIP</b> | 19h35- 20h20<br><b>THE TRIP</b>  | 19h35- 20h20<br><b>THE TRIP</b>  | 19h35- 20h20<br><b>RPM</b>       | 19h00- 19h45<br><b>RPM</b>       |                           |

**RÉSERVATION**  
sur votre application  
mobile ou sur votre PC

**Site web : Relaxforme.fr**

**Contact : rochefort@relaxforme.fr**

 **RelaxForme.Rochefort**

 **Relax\_forme\_rochefort**