



Lieu : Racing Club de France- 5 rue Eblé – 75007 Paris

Racing Cycling studio – Espace André Trousselier

La section cyclisme & mobilités poursuit le Racing Cycling Studio au centre Éblé. Ce studio propose des cours collectifs avec des vélos dernières générations, les BikeErg Concept 2 de Incept et une pratique autonome avec les vélos connectés watt-bike air-pro. Et un nouveau cours RIDE & MOVE chaque samedi matin, sur inscription.

Cette section s'adresse à toute personne âgée de 16 ans et + (2010 et avant)

COTISATIONS ANNUELLES :

Tarification cours collectifs :

- 2 séances/semaine : 950€
- 1 séance/semaine : 650 €
- Étudiant (1 séance/semaine) : 350€
Pour les 18-25 ans, sur présentation d'un justificatif valide

Tarification pratique libre vélos connectés :

- Cotisation annuelle : 650€ (illimité) (*)
- { Accès unitaire : 35€/séance + droit d'accès annuel
- { Droit d'accès annuel obligatoire : 150€
- Étudiant et licenciés FFC ÉLITES : 350€

(*) Un adhérent inscrit en vélos connectés et souhaitant assister à un cours collectif bénéficiera d'un tarif réduit à 400€ pour suivre un cours/semaine, soit 1050€/an.

La licence est incluse dans le prix de la cotisation.

PIÈCES DEMANDÉES :

- Bulletin d'adhésion complété et signé,
- certificat médical ou questionnaire médical,
- 1 photo d'identité récente,
- 1 moyen de paiement

Une carte d'accès au site sportif Eblé vous sera délivrée après validation de votre inscription à retirer à l'accueil.

RACING CYCLING STUDIO – HORAIRES :

COURS COLLECTIFS :



LUNDI – MARDI – JEUDI

→ 18h00-18h45

→ 19h00-19h45

→ 20h00-20h45

Les cours se déroulent avec un coach sur des vélos connectés BikeErg Concept 2. Connectez vous à Strava, Zwift, Kinomap ou tout autre logiciel pour challenger et défier vos amis. Les cours collectifs sont tous niveaux. Choix au préalable du jour et de l'heure.

PRATIQUE LIBRE – VÉLOS CONNECTÉS :



DU LUNDI AU VENDREDI

→ 07h00 – 23h00*

SAMEDI - DIMANCHE

→ 07h00 – 21h30*

La salle est équipée de vélos connectés **wattbike Air pro**. Grâce à sa **technologie à double résistance**, son écran tactile et son analyse des données, nos vélos vous promettent des sensations uniques pour vos séances. Connectez vous à vos logiciels tiers pour une expérience optimisée.

La pratique libre « vélos connectés indoor » vous donne accès aux vestiaires et douches.

(*) Les derniers accès sont à 21h30 en semaine et à 20h00, les week-ends.

RIDE & MOVE : DEUX SESSIONS LE SAMEDI MATIN À 10H OU 11H

Le concept : une session sportive et conviviale qui allie cycling et fitness, une combinaison unique d'exercices sur le vélo et au sol. Laissez vous guider par le coach, enivrez vous par la musique et passez à la vitesse supérieure.

Un cours collectif par semaine (45 min) le samedi matin.

STRAVA **Z** **ZWIFT** **kinomap** **BKOOOL** **Tacx**

Béatrice LANGHADE

Tél : 01 40 61 60 92

Mail : b.langhade@rcf.asso.fr



@racingclubdefrance_officiel



@racingclubdefrance



@Racing Club de France



@Racing Club de France



@racingclubdefrance_officiel