



Planning des cours collectifs

Newfit
for a new life!

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h15 - 10h15	LES MILLS tone	 ZUMBA musculaire	LES MILLS tone	LES MILLS BODYPUMP	TAILLE ABDOS FESSIERS		
10h15 - 11h15			PILATES 10h30 à 11h30			LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYPUMP
11h30 - 12h30						LES MILLS BODYSTEP	LES MILLS RPM
18h00 - 18h30	LES MILLS GRIT CARDIO	LES MILLS GRIT STRENGTH	LES MILLS CORE				
18h40 - 19h40	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYSTEP	LES MILLS BODYATTACK LES MILLS RPM		LES MILLS RPM		
19h50 - 20h50	CYCLING LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS CORE 19h50 à 20h20	LES MILLS BODYPUMP	PILATES			

Newfit Genappe

Chaussée de Bruxelles, 4, Bte C
1470 Genappe
Tel : 067/33.35.66
www.newfit.be

Heures d'ouverture :

Lundi - Jeudi : 9h - 21h30
Vendredi : 9h - 21h
Samedi - Dimanche : 10h - 14h



Planning des cours collectifs

Newfit
for a new life!

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h15 - 10h15	 ZUMBA	YOGA	TAILLE ABDOS FESSIERS	PILATES			
10h15 - 11h15						LES MILLS BODYPUMP	TAILLE ABDOS FESSIERS
11h30 - 12h30						BODY & MIND	BODY SCULPT
17h30 - 18h30	<small>LES MILLS</small> CORE 18h00 à 18h30			LES MILLS BODYPUMP			
18h40 - 19h40		LES MILLS BODYPUMP	TAILLE ABDOS FESSIERS 18h00 à 19h00	BODY SCULPT	LES MILLS RPM		
19h50 - 20h50	 ZUMBA	LES MILLS RPM	YOGA 19h30 - 20h30	PILATES			

Newfit Ottignies

Espace du Coeur de Ville, 9
1340 Ottignies
Tel : 010/41.09.04
www.newfit.be

Heures d'ouverture :

Lundi - Jeudi : 8h30 - 21h30
Vendredi : 8h30 - 21h
Samedi - Dimanche : 10h - 14h

