























Planning des cours collectifs

Newfit
for a new life!

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h15 - 10h15	 tone	 ZUMBA musculaire	 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	 KICK POWER FIT	 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	CIRCUIT TRAINING	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 <small>18h00 à 18h30</small>			LES MILLS BODYPUMP			
18h40 - 19h40	LES MILLS BODYSTEP	LES MILLS BODYPUMP	TAILLE ABDOS FESSIERS <small>18h00 à 19h00</small>	BODY SCULPT	LES MILLS RPM		
19h50 - 20h50	 ZUMBA	LES MILLS RPM	YOGA <small>19h30 - 20h30</small>	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

