

# PROGRAMME DES COURS

du 3 juillet  
au 3 septembre

## STUDIO PRINCIPAL

Week-end: 9h-13h



⦿ Ce symbole désigne les cours donnés sur écran géant (sans prof.)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8H00			LES MILLS BODYBALANCE				
8H30	LES MILLS CORE				RENFORT		
9H15		LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT	MOBILITÉ			
9H30	STRETCH					LES MILLS BODYPUMP	
10H00					BALANCE		LES MILLS BODYCOMBAT
11H00						LES MILLS CORE	
11H15			LES MILLS SH'BAM	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS CORE		LES MILLS SH'BAM
12H15		LES MILLS CORE	LES MILLS CORE	LES MILLS BODYPUMP			
13H30	LES MILLS CORE		LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYCOMBAT			
15H00	LES MILLS BODYCOMBAT	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS CORE	LES MILLS BODYPUMP		
17H00	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS CORE			LES MILLS BODYBALANCE		
18H15		LES MILLS BODYCOMBAT	RENFORT		LES MILLS SH'BAM		
18H30	ABDOS RUSH						
19H15			LES MILLS SH'BAM	AFC			
19H30	LES MILLS BODYPUMP	BALANCE					

Les cours sont sous réserve de modifications.

## STUDIO BIKE

Attention! Tous les cours avec prof. sont sur réservation via notre site web [newathleticfitness.ch](http://newathleticfitness.ch)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8H00		LES MILLS THE TRIP		LES MILLS RPM			
9H15	LES MILLS RPM						LES MILLS THE TRIP
10H00					LES MILLS RPM		
10H15				CYCLE			
10H30	LES MILLS THE TRIP	LES MILLS RPM	LES MILLS THE TRIP				
12H15	LES MILLS THE TRIP				LES MILLS THE TRIP	LES MILLS THE TRIP	
14H00		LES MILLS RPM					
16H30				LES MILLS THE TRIP			
18H00		LES MILLS THE TRIP					
18H15	CYCLE						
19H30		LES MILLS THE TRIP	LES MILLS RPM	LES MILLS RPM			
19H30					LES MILLS THE TRIP		