

30.01.-25.02.2012

Diena	PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA	SESTDIENA	
8:00			STRETCHING		STRETCHING	<u>ZĀLE NR. 1</u>	
8:55			Vita		Vita		
9:30			BALLET 9:30 90 min. Vita				
10:00							
10:55							
11:00			FIT YOGA 11.30 Jevgēnijs		FIT YOGA 11.30 Jevgēnijs	BALLET 11.30 90min. Vita	
11:55							
12:00			Vispārējais treniņš # Baiba				
12:55							
13:00			KARDIO+POWER Baiba				
13:55							
14:00			BODY ARCHITECT Jevgēnija				
14:55							
15:00			17.15 FAT BURNER 40min.Līga P.		17:15 BODY toning 40.min.Līga P.		
15:55							
16:00	CALLAN/STRETCH Vita	BODY WORKOUT Līga P.	STRETCH/CALLAN Vita	TBC Līga P.			
16:55							
17:00	Zumba fitness Jūlija	Vispārējais treniņš Baiba	PILATES Zaiga				
17:55							
18:00	BALLET-iesācējiem+ Vita	KARDIO+POWER Baiba	BALLET-iesācējiem+ 90min. Vita	KARDIO+POWER Baiba			
18:55							
19:00	BALLET-iesācējiem+ 90 min.						
19:55							
20:00	Diena	PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA	SESTDIENA
20:55							
21:00	ZĀLE NR. 2						
7:30		Fat Burner Līga P. 9:00	Body Harmony Līga P. 9:00				
8:25							
8:30		ZUMBA FITNESS Laura	ZUMBA FITNESS Laura	PILATES BALL Jevgēnija			
9:25							
9:30		SLIM EXPRESS Kristīne	SLIM EXPRESS Kristīne	PILATES 12:30 Zaiga			
10:25							
12:00		PERFECT BODY Kristīne	BODY TONING Kristīne	PILATES Kristīne			
12:55							
13:00		Super Press+Stretch Kristīne					
13:55							
14:30							
16:30							
17:25							
18:25							
18:30							
19:25							

Balets- lai apmeklētu šo nodarbību ir jāpiemaksā 1ls

**!!! Ja vēlaties apmeklēt saunu pēc rīta vai dienas nodarbības,
lūgums PIRMS nodarbības pabrīdināt par to administratotori**