

ZĀLE NR. 1 30.01.-25.02.2012

Diena	PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA	SESTDIENA
8:00			STRETCHING		STRETCHING	
8:55			Vita		Vita	
9:00						
9:55					BALLET	
10:00					9:30 90 min.	
10:55					Vita	
11:00						
11:55		FIT YOGA		FIT YOGA		BALLET
12:00		11.30 Jevgēnijs		11.30 Jevgēnijs		11.30 90min.
12:55						Vita
13:00						Vispārējais treniņš
13:55						# Baiba
14:00						KARDIO+POWER
14:55						Baiba
15:00	BODY ARCHITECT					
15:55	Jevgēnija					
16:00						
16:55						
17:00		17.15 FAT BURNER		17:15 BODY toning		
17:55		40min.Līga P.		40.min.Līga P.		
18:00	CALLAN/STRETCH	BODY WORKOUT	STRETCH/CALLAN	TBC	Šova dejas bērniem	
18:55	Vita	Līga P.	Vita	Līga P.	# Diāna	
19:00	ZUMBA fitness	Vispārējais treniņš	Šova dejas bērniem	PILATES		
19:55	Jūlija	Jevgēnijs	# Diāna	Zaiga		
20:00	BALLET-iesācējiem+	KARDIO+POWER	BALLET-iesācējiem+	KARDIO+POWER		
20:55	Vita	Baiba	90min.	Baiba		
21:00	90 min.		Vita			
22:00						

ZĀLE NR. 2

Diena	PIRMDIENA	OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA	PIEKTDIENA	SESTDIENA
7:30						
8:25						
8:30						
9:25		Fat Burner			Body Harmony	
9:30		Līga P. 9:00			Līga P. 9:00	
10:25						
10:30						
11:30						
11:00						BODY SCULPT.
12:00						11:30 Zaiga
12:00	ZUMBA FITNESS	Kustību GRĀCIJA	ZUMBA FITNESS	Kustību GRĀCIJA	PILATES	
12:55	Laura	Iveta	Laura	Iveta	Jevgēnija	PILATES
13:00	BODY TONING	SLIM EXPRESS	BODY TONING	SLIM EXPRESS	BODY TONING	12:30 Zaiga

13:55	40min. Zaiga	Kristīne	40min. Zaiga	Kristīne	40min. Zaiga	x PAUKOŠANA
14:30						13:30 ar priekšzin.
15:25				xPaukošana bērniem		Jānis
15:30				15:00 Ņina		
16:25		x Paukošana bērniem		x Paukošana bērniem		
16:30		16:00 Ņina		16:00 Ņina		
17:25		80 min.		80 min.		
17:30	PERFECT BODY	PILATES	BODY TONING	BODY SCULPT.	PILATES	
18:25	Kristīne	Zaiga	Kristīne	Zaiga	Kristīne	
18:30	LADY'S FITNESS	BODY SCULPT.	FUNCT.TRAINING	ZUMBA FITNESS	Super Press+Stretch	
19:25	Kristīne	Zaiga	Kristīne	Laura	Kristīne	
19:30	x PAUKOŠANA	x PAUKOŠANA	ZUMBA FITNESS	x PAUKOŠANA		
20:25	Jānis	iesāc. Kristaps	Laura	iesāc. Kristaps		
20:30	x SALSA	x PAUKOŠANA	x SALSA	x PAUKOŠANA		
22:00	ar priekšzin. No 9.01.	ar priekšzin. Jānis	iesācēji no 18.01.	ar priekšzin. Jānis		

x - SPECIĀLS PIEDĀVĀJUMS

40 min un LĒTĀKA NODARBĪBA

- JAUNA NODARBĪBA