Balans studio

NODARBĪBU SARAKSTS AEROBIKAS ZĀLĒ no 17. februāra

	Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena	Sestdiena	Svētdiena
9:30	ABL & STRETCH Oksana	power step Anna	core & STRETCH Oksana	Anna fitness workout	total body workout Oksana		9:15 yoga Natālija
10:45	PILATES & STRETCH Jeļena	body ARCHITECT Valentīna	body SCULPTURE Jeļena	body ARCHITECT Valentīna	pilates ball Jeļena	body BALANS Anja	11:15 fitness latino workout Viktors & Olga
11:45	12:00-13:00		12:00-13:00		12:00-13:00	dance aerobic Anja	
					13:00-14:00	12:45-15:00	12:15-16:00
	17:00-18:00				17:00-18:00		
18:00	power Anna	aerobic MARATHON Jūlija	ABL & STRETCH Oksana	aerobic MARATHON Jūlija	core & STRETCH Oksana		
19:00	body BALANS Anna	yoga Natālija	super press & STRETCH Anna	yoga Natālija	no 17. februāra Hormone balancing & aesthetic yoga NEW! Sabina		
20:00	pranayama * Aleksandrs				21:30		

galda teniss / table tennis

! Pirms apmeklējuma zāles pieejamību var precizēt Kluba recepcijā.
Уточнить доступность зала перед посещением можно на рецепции Клуба.

* Nodarbības notiek pēc iepriekšēja pieraksta Kluba recepcijā. Minimālais cilvēku skaits - 6. Kluba biedriem piemaksa 3 lati. / Занятия проходят по предварительной записи на рецепции клуба. Минимальное количество человек - 6. Доплата для членов клуба - 3 лата