



**BALANCI** Omulīgs fitnesa klubs  
ar draudzīgu atmosfēru

# GYM nodarbību grafiks Marts 2019

		P.	O.	T.	C.	Pk.	S.	Sv.
08:30	L	Bossu   Diāna	Roll Relax + Stretch   Diāna	Stretch   Inguna	Slowly & Strong   Alisa	Pilates   Inguna		
10:00	L						Slowly & Strong   Žanna	Lady's Fitness   Inguna
11:00	L	Slowly & Strong   Diāna	Lady's Fitness   Inguna	Pilates   Žanna	Lady's Fitness   Inguna	Body Architect   Inguna	Tabata   Žanna	Slowly&Strong   Inguna
15:00	L/M		Velo '30   Diāna *	Fit '30   Alisa				
15:30	L/M		Strong '30   Diāna	Strong '30   Alisa	Velo '30   Olga *			
16:00	TZ			Trenažieru zāle iesācējiem *				
16:00	L/M	Yoga   Nadi	Relax '30   Inguna, Diana	Relax '30   Alisa	Strong '30   Olga	Yoga   Nadi		
16:30	M				Relax '30   Olga			
17:45	L	Yoga   Nadi		Yoga   Nadi				
18:00	L/M						Fit & Joy   Inguna	Velo '30   Olga *
18:30	M							Core '30   Olga
19:00	M		Dance Class   Alisa			Velo '30   Ignat *		
19:00	L	Tabata   Žanna	Grip   Ignat <i>NEW</i> *	Strong & Fit   Diāna	Grip   Ignat <i>NEW</i> *	Dance Class   Alisa		Pilates   Olga
19:30	M					Strong '30   Ignat		
20:00	L/M	Velo '30   Žanna *	Slowly & Strong   Alisa	Verve   Diāna	Body Architect   Ignat	Relax '30   Ignat		
20:30	L	Core '30   Žanna						
21:00	L	Pilates   Žanna			Verve   Ignat			



1. vidēja intensitāte | 2. augsta intensitāte  
3. deju nodarbība | 4. zema intensitāte | 5. nodarbības trenažieru zālē

**UZMANĪBU! GRAFIKĀ VAR BŪT IZMAIŅAS!**

- ★ Nodarbība pēc iepriekšēja pieraksta
- Maksas nodarbība (1,00€)