



# BALANCE GYM

Omulīgs fitnesa klubs  
ar draudzīgu atmosfēru

## nodarbību grafiks

### Augusts 2019

	P.	O.	T.	C.	Pk.	S.	Sv.
8:30   L	Bossu Olga ★	Verve Jeļena	Roll Relax Ignat	Slowly & Strong Alisa	Pilates Diāna		
10:00   L						Slowly & Strong Diāna / Žanna	Lady's Fitness Jeļena
11:00   L	Slowly & Strong Olga	Lady's Fitness Jeļena	Verve / Pilates Ignat / Žanna	Fit & Joy Olga	Body Architect Diāna	Tabata Diāna / Žanna	Slowly & Strong Jeļena
15:00   L			Lady's Fitness Alisa				
16:00   L / TZ					Yoga Nadi		
17:45   L	Yoga Nadi		Yoga Nadi				
18:30   M							Velo & Core Ignat ★
19:00   M		Dance Class Alisa					
19:00   L	Tabata Jeļena	Grip Jeļena ★	Brazilian Butt Diāna	Grip Ignat ★			
19:30   M							Verve Ignat
20:00   L / M	Fit & Core Jeļena	Pilates Alisa	Velo & Core Diāna ★	Body Bar Ignat			
21:00   L	Verve / Pilates Jeļena / Žanna			Verve Ignat			

**UZMANĪBU! GRAFIKĀ VARBŪT IZMAIŅAS!**

★ Nodarbība pēc iepriekšējā pieraksta

Treneris strādā no 01.08 - 18.08 / 19.08 - 31.08

Prūšu iela 46 | +371 67 256 027 | www.balancegym.lv



1. vidējā intensitāte | 2. augsta intensitāte  
3. deju nodarbība | 4. zema intensitāte | 5. nodarbības treniņieru zālē