



# BALANCE GYM

Omulīgs fitnesa klubs  
ar draudzīgu atmosfēru

## nodarbību grafiks

### Janvāris 2020

	P.	O.	T.	C.	Pk.	S.	Sv.
8:30   L	Body Balance Jeļena	Deep Work Olga	Fitness Yoga Diāna	Pilates Diāna	Slowly & Strong Alisa		
10:00   L						Slowly & Strong Žanna	Body Workout Nadežda
11:00   L	Slowly & Strong Jeļena	Body Workout Olga	Pilates Žanna	Fit & Joy Diāna	Step & ABS Alisa	Tabata Žanna	Slowly & Strong Nadežda
16:00   L	Yoga Nadi				Yoga Nadi		
17:45   L	Yoga Nadi		Yoga Nadi				
18:00   L							Fat Burner Olga
19:00   L	Power Pump Arina ★	Dance Class Alisa	Tabata Diāna	Power Pump Jeļena ★	Dance Class Nadežda		Pilates Olga
20:00   L / M	Brazillian Butt Arina	Slowly & Strong Alisa	Velo & Core Diāna ★	Functional Training Jeļena			
21:00   L	Pilates Žanna			Pilates Jeļena			



1. vidējā intensitāte
2. augsta intensitāte
3. deju nodarbība
4. zema intensitāte

UZMANĪBU! GRAFIKĀ VARBŪT IZMAIŅAS!

★ Nodarbība pēc iepriekšējā pieraksta