

	I	II	III	IV	V	VI	VII
						9:30 body SHAPE Svetlana	10:00 aqua fitness Anita
	11:45 aqua aerobics Anita		11:45 aqua fitness Anita		11:45 aqua aerobics Anita		KIDS 11:45  Anita
			17:00 KIDS  Anita				
KIDS 18:00  Jekaterina		KIDS 18:00  Jekaterina	KIDS 18:00  Jekaterina	KIDS 18:00   Svetlana	KIDS 18:00  Anita		
		19:15 body SHAPE Svetlana					



Bērnu grupu nodarbības
Детские занятия/ Kids swimming



Pieaugušo grupu nodarbības.
Занятия для взрослых/ Adult classes



Labi peldošiem
Для хорошо плавающих
For advanced swimmers

Bērnu nodarbībās vecāki nepiedalās. Lūdzam netraucēt treneru nodarbību laikā. Noskaidrot kādus sev interesējošus jautājumus var ārpus nodarbībai veltīta laika.

Родители в детских занятиях участия не принимают. Просьба не мешать тренеру во время урока. Уточнить какие-либо интересующие Вас вопросы можно после занятия.



balans
INTERNATIONAL WELLNESS CENTRE

Nodarbību apraksts ir pieejams mājaslapā:
www.iwcbalans.com --> Izvēlne --> Balans Wellness Centre

Описание занятий доступно на домашней странице:
www.iwcbalans.com --> Меню --> Wellness Centre

Class description is available on the website:
www.iwcbalans.com --> Menu --> Balans Wellness Centre