



K-1 AKADEMIJOS TRENIRUOČIŲ GRAFIKAS (Kretingos g.9)



	PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS	KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS	ŠEŠTADIENIS
8:30	KIKBOKSAS SUAUGUSIEMS Naujokams ir pažengusiems Tr. Vadim Chromych		KIKBOKSAS SUAUGUSIEMS Naujokams ir pažengusiems Tr. Vadim Chromych		KIKBOKSAS SUAUGUSIEMS Naujokams ir pažengusiems Tr. Vadim Chromych	
9:00		POWER FITNESS Tr. Jekaterina Chromych		POWER FITNESS Tr. Jekaterina Chromych		11:00 val POWER FITNESS Tr. Jekaterina Chromych
16:00	KIKBOKSAS VAIKAMS (nuo 7m. – 12 m)		KIKBOKSAS VAIKAMS (nuo 7m. – 12 m)		KIKBOKSAS VAIKAMS (nuo 7m. – 12 m)	
16:30		TRENIRUOTĖS VAIKAMS (nuo 7m) Fizinis parengimas , visą kūną lavinanti programa Tr. Jekaterina Chromych		TRENIRUOTĖS VAIKAMS (nuo 7m) Fizinis parengimas , visą kūną lavinanti programa Tr. Jekaterina Chromych		<u>SEKMADIENIS</u> 9:00 val. prie stovyklavietės „PASAKA“ BĖGIMAS, PRITŪPIMAI, ATSISPAUDIMAI, ATSILENKIMAI, PRISITRAUKIMAI
17:30	KIKBOKSAS PAAUGLIAMS (nuo 12m. – 17m.) Tr. Vadim Chromych		KIKBOKSAS PAAUGLIAMS (nuo 12m. – 17m.) Tr. Vadim Chromych		KIKBOKSAS PAAUGLIAMS (nuo 12m. – 17m.) Tr. Vadim Chromych	
18:00		TAE BO AEROBIKA Tr. Jekaterina Chromych		TAE BO AEROBIKA Tr. Jekaterina Chromych		
19:15		CROSS TRAINING Visą kūną stiprinanti programa TR. Vadim Chromych		CROSS TRAINING Visą kūną stiprinanti programa TR. Vadim Chromych		
19:40	KIKBOKSAS SUAUGUSIEMS Technikos pagrindai Sveikatingumo grupė Tr. Vadim Chromych		KIKBOKSAS SUAUGUSIEMS Technikos pagrindai Sveikatingumo grupė Tr. Vadim Chromych		KIKBOKSAS SUAUGUSIEMS Technikos pagrindai Sveikatingumo grupė Tr. Vadim Chromych	