

	Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena
Rīta grupa		9.00 Funkcionālais treniņš svara samazināšanai, muskuļu tonizēšanai /total body-arms	9.00 Spēka treniņš figūras modelēšanai /total body		9.00 Funkcionālais treniņš svara samazināšanai, muskuļu tonizēšanai /total body-abs
Vakara grupa		19.00 Funkcionālais treniņš svara samazināšanai, muskuļu tonizēšanai /total body-arms	18.30 Spēka treniņš figūras modelēšanai /total body		18.00 Funkcionālais treniņš svara samazināšanai, muskuļu tonizēšanai /total body-abs