



LATVIJAS AEROBIKAS ASOCIĀCIJA

ALEKŠA IEĻA 6-2, LV-1005, RĪGA, LATVIJĀ | Tel. (+371) 29133605, e-pasts: olga_k@tvnet www.aerobikavisiem.lv

Sestdien, 2018. gada. 15. decembrī

AICINĀM PIEDALĪTIES KVALIFIKĀCIJAS CELŠANAS SEMINĀRĀ

"BUMBU DIENĀ"

Norises laiks:

12:00- 16:00 (4 stundas)

Norises vieta: Rīga, Klubs F-1 Ziepniekkalns.

Adrese: Līvcieņa iela 46.

Transports: autobusi Nr 40, 46. troleibuss Nr 19, maršruta taksometrs 233.

Visi transporti līdz galapunktam.

Programma:

- 1. " Functional ball" Evelina Parhomenko (funkcionālais treniņš ar mazām bumbām)**
- 2. "Ball mix" Anna Glazovska (apļa treniņš ar dažādām bumbām)**
- 3. "Dinamic ball" Ieva Auzere-Podniece (spēka treniņš ar smagām bumbām)**
- 4. "Pilates-ball" Jeļena Korzāne (pilates nodarbība ar lielām bumbām)**

Dalības maksa seminārā:

LAA biedriem – EUR 20,-

Pārējiem interesentiem – EUR 25,

Viena meistarklase – EUR 10,-.

Vietu skaits ierobežots.

Lūdzam apstiprināt savu piedalīšanos seminārā līdz š. g. 10. decembrim pa mob. tālruniem:

29133605 – Olga Klodāne, 29250111 – Raisa Tarnopoļska.

Semināra apmaksas kārtība:

pie LAA Valdes pārstāvjiem semināra norises vietā 15.12.2018. no plkst. 11:00, vai parskaitīt uz kontu:

Latvijas Aerobikas Asociācija

Alekša iela 6-2, Rīga, LV-1005

Reģ. Nr. 40008022646

SWEDBANKA

Konts: LV32HABA000140J036303

Kods: HABALV22

Jautājumu gadījumā lūdzam sazināties:

Olga Klodāne- 29133605; Anna Gazovska- 29689899; Ieva Auzere-Podniece- 28630396

Uz tikšanos! Ar cieņu, LAA Valde.