



Seminārs, meistarklase – Body&Mind treniņi. Body&Mind grupu treniņš.

11.11.2017

Rīga, Latvija

1.Semināra programma.

- 1.Iepazīšanās ar harmoniskām un mentālām grupu treniņu klasēm.
- 2.Spēka vingrinājumu un prāta apvienojums.
- 3.Izglītojošie un praktiskie ieteikumi pareizai vingrinājumu izpildei.
- 4.Body&Mind praktiskā nodarbība.

2.Semināra norises laiks.

2017.gada 11.novembris

3. Semināra norises vieta.

Myfitness Bolero, Rīga.

4. Semināra organizatori.

Semināru organizē Latvijas Bodibildinga, fitnesa un bodifitnesa federācija.
Semināru vada fitnesa trenere un C kategorijas sporta speciāliste Laura Timoško.

5. Semināra dalībnieki.

Fitnesa projekta dalībnieki.

6. Semināra dalībnieku pieteikšanās.

Dalībnieku reģistrācija notiek 11.novembrī.
Semināra sākums plkst.11:00.

7. Kontakti.

Latvijas Bodibildinga, fitnesa un bodifitnesa federācija.

Dalībnieku saraksts:

Laila Dambīte
Patrīcija Marta Zālīte
Sanita Petruševica
Elīna Platača
Alīna Baranova
Anita Galašina
Alina Kravcova
Olga Šubina
Iveta Koindži-Ogli