

VYTAUTAS MINERAL SPA
TRENIRUOČIŲ GRAFIKAS

Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis	Sekmadienis
8.30 – 9:00 Vandens aerobika	8.30 – 9:00 Vandens aerobika	8.30 – 9:00 Vandens aerobika	8.30 – 9:00 Vandens aerobika	8.30 – 9:00 Vandens aerobika	8.30 – 9:00 Vandens aerobika	8.30 – 9:00 Vandens aerobika
9:00 9:30 Pasitikime rytą*** (Lauke)	9:00 9:30 Pasitikime rytą*** (Lauke)	9:00 9:30 Pasitikime rytą*** (Lauke)	9:00 9:30 Pasitikime rytą*** (Lauke)	9:00 9:30 Pasitikime rytą*** (Lauke)	9:00 9:30 Pasitikime rytą*** (Lauke)	9:00 9:30 Pasitikime rytą*** (Lauke)
11.00 –11.45 TRX (M16)**	11.00 –11.45 TRX (M16)**	11.00 –11.45 TRX (M16)**	11.00 –11.45 TRX (M16)**	11.00 –11.45 TRX (M16)**	11.00 –11.45 TRX (M16)**	11.00 –11.45 „ TRX (M16)**
11.30 – 12:00 Vandens aerobika	11.30 – 12:00 Vandens aerobika	11.30 – 12:00 Vandens aerobika	11.30 – 12:00 Vandens aerobika	11.30 – 12:00 Vandens aerobika	11.30 – 12:00 Vandens aerobika	11.30 – 12:00 Vandens aerobika
15.30 – 16:00 Vandens aerobika	15.30 – 16:00 Vandens aerobika	15.30 – 16:00 Vandens aerobika	15.30 – 16:00 Vandens aerobika	15.30 – 16:00 Vandens aerobika	15.30 – 16:00 Vandens aerobika	15.30 – 16:00 Vandens aerobika
16.00 – 16.45 „Sveika nugara“ (M17)**	16.00 – 16.45 „Sveika nugara“ (M17)**	16.00 – 16.45 „Sveika nugara“ (M17)**	16.00 – 16.45 „Sveika nugara“ (M17)**	16.00 – 16.45 „Sveika nugara“ (M17)**	16.00 – 16.45 „Sveika nugara“ (M17)**	16.00 – 16.45 „Sveika nugara“ (M17)**
17.00 – 17.45 „Funkcinė treniruotė“ (M17)**	17.00 – 17.45 „Funkcinė treniruotė“ (M17)**	17.00 – 17.45 „Funkcinė treniruotė“ (M17)**	17.00 – 17.45 „Funkcinė treniruotė“ (M17)**	17.00 – 17.45 „Funkcinė treniruotė“ (M17)**	17.00 – 17.45 „Funkcinė treniruotė“ (M17)**	17.00 – 17.45 „Funkcinė treniruotė“ (M17)**
18.30 – 19:00 Vandens aerobika	18.30 – 19:00 Vandens aerobika	18.30 – 19:00 Vandens aerobika	18.30 – 19:00 Vandens aerobika	18.30 – 19:00 Vandens aerobika	18.30 – 19:00 Vandens aerobika	18.30 – 19:00 Vandens aerobika

* „Vytautas Mineral SPA“ svečiams grupinės treniruotės – nemokamos. Treniruotėse dalyvauti gali tik asmenys sulaukę 18 m. Būtina sportinė avalynė.

**Grupinėms treniruotėms reikalinga išankstinė registracija SPA registratūroje arba tel nr. 200.

*** Treniruotė „Pasitikime rytą“ vyksta lauke esant geroms oro sąlygoms. Svečių laukiame viešbučio registratūroje.