Eiropas sporta nedēļas ietvaros: apļa treniņš



Foto autors Ventspils foto arhīvs

Eiropas sporta nedēļas ietvaros.

Apļa treniņš – augstas intensitātes intervālu/apļa treniņš, kurā apvienoti efektīvi kardio un spēka vingrinājumi. Nodarbība notiks BMX ziemas treniņbāzē, Kuldīgas ielā 65. Nodarbību vadīs treneris Jānis Šķeperis. Dalībniekus lūdzam iepriekš reģistrēties (līdz 26.septembrim plkst. 10:00).

Sat, 27.09.2025

10:30-11:00

+37163624412

BMX ziemas treniņbāzē

Kuldīgas iela 65