

SPORTO UŽSIĖMIMŲ TVARKARAŠTIS

Laikas / Diena	I	II	III	IV	V	VI
08:30 - 09:15			Vandens aerobika ♥♥♥		Vandens aerobika ♥♥♥	
18:15 - 19:00		Vandens aerobika ♥♥♥		Vandens aerobika ♥♥♥♥		
19:15 - 20:00		Vandens aerobika ♥♥♥		Vandens aerobika ♥♥♥		

♥	Žemo intensyvumo treniruotės
♥♥	Vidutinio intensyvumo treniruotės
♥♥♥	Aukšto intensyvumo treniruotės