

**NODARBĪBU SARAKSTS / РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ**

**CIŅU ZĀLE / ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ\***

Laiki	Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena	Sestdiena	Svētdiena
8:30	BRĪVA CIŅA*** J.Borisovs		BRĪVA CIŅA*** J.Borisovs		BRĪVA CIŅA*** J.Borisovs		ATKLATAS NODARBĪBAS SACESĪBAS SEMINARI
9:00		Individuālā nodarbība AIKIDO** J.Talmanis / J.Natkovskis		Individuālā nodarbība AIKIDO** J.Talmanis / J.Natkovskis			
10:00						No 16 g. AIKIDO** J.Talmanis / J.Natkovskis	
12:30						Bērni no 6 g. TOUCH SPARING** R.Seņins	ОТКРЫТЫЕ ЗАНЯТИЯ СОРЕБНОВАНИЯ
13:30						BRĪVĀ CIŅA*** J.Borisovs	
15:00						SAMBO** J. Krauklis	СЕМИНАРЫ
16:30	Sporta grupa TAEKWON-DO** R.Seņins		Sporta grupa TAEKWON-DO** R.Seņins		Sporta grupa TAEKWON-DO** R.Seņins		
17:30		Bērni no 6 g. TOUCH SPARING** R.Seņins		Bērni no 6 g. TOUCH SPARING** R.Seņins			
18:00	Bērni no 5 g._iesācēji DZUDO*** "MAKKABI"		Bērni no 5 g._iesācēji DZUDO*** "MAKKABI"		Bērni no 5 g._iesācēji DZUDO*** "MAKKABI"		
18:30		Sporta grupa DŽUDO/VFS*** "MAKKABI"					
18:30		No 16 g. AIKIDO** J.Talmanis / J.Natkovskis		No 16 g. AIKIDO** J.Talmanis / J.Natkovskis			
19:00	Bērni no 10 g. DZUDO*** "MAKKABI"		Bērni no 10 g. DZUDO*** "MAKKABI"		Bērni no 10 g. DZUDO*** "MAKKABI"		
20:00	Sporta grupa DŽUDO*** "MAKKABI"	BRĪVĀ CIŅA*** J.Borisovs	Sporta grupa DŽUDO*** "MAKKABI"	BRĪVĀ CIŅA*** J.Borisovs	Sporta grupa DŽUDO*** "MAKKABI"		

\* Grafika var būt izmaiņas / В графике могут быть изменения

\*\* Nodarbības notiek latviešu un krievu valodā / Занятия проводятся на латышском и русском языке

\*\*\* Nodarbības notiek krievu valodā / Занятия проводятся на русском языке

VFS -Vispārēja fiziskā sagatavotība / Общая физическая подготовка

VFS- Nodarbība notiek treniņzālē / Занятие проводится в тренажерном зале