

Vidzemes Fitnesa diena 2017

VIDZEMES

FITNESA DIENA

2017



4. MARTS, VALMIERA

START UP MOBILITY

13:00-13:20

N+TC ENDURANCE

13:20-13:50

BODY ART

13:50-14:30

ZUMBA

14:40-15:10

N+TC STRENGTH

15:20-15:50

STRETCH RELAX

16:00-16:40

MIX ZONA:

CROSSFIT, TRX, BODY BIKE, KIDS FITNESS



VIETA: VIDZEMES OLIMPISKAIS CENTRS

LAIKS: 13:00 - 17:00 TĀLR.: 29878192

INFO: WWW.VOC.LV BIĻETES: WWW.BILESUSERVISS.LV

Sestdien, 4.martā, Valmierā, Vidzemes Olimpiskajā centrā norisināsies “Vidzemes Fitnesa diena 2017”. Uz lielāko fitnesa pasākumu Vidzemē tiek aicināti gan fitnesa un aktīva dzīves stila piekritēji, gan arī tie, kuri vēlas iepazīties ar kādu no piedāvātajām fitnesa aktivitātēm, lai atrastu motivāciju un uzsāktu darboties. Biļetes, sākot ar 17.februāri, ir iespējams iegādāties “Biļešu servisa” kasēs, kā arī Vidzemes Olimpiskajā centrā Rīgas ielā 91, Valmierā. Sestdien, 4.martā, Valmierā, Vidzemes Olimpiskajā centrā norisināsies “Vidzemes Fitnesa diena 2017”. Uz lielāko fitnesa pasākumu Vidzemē tiek aicināti gan fitnesa un aktīva dzīves stila piekritēji, gan arī tie, kuri vēlas iepazīties ar kādu no piedāvātajām fitnesa aktivitātēm, lai atrastu motivāciju un uzsāktu darboties. Biļetes, sākot ar 17.februāri, ir iespējams iegādāties “Biļešu servisa” kasēs, kā arī Vidzemes Olimpiskajā centrā Rīgas ielā 91, Valmierā.

“Vidzemes fitnesa dienas 2017” programmā paredzētas dažādas fitnesa meistarklases sākot no augstas intensitātes treniņiem līdz muskuļus atslābinošiem vingrinājumiem un tā veidota sadarbībā ar Latvijas bodyART skolu, Latvijas Veselības un Fitnesa asociāciju, N +TC un Vidzemes reģiona treneriem.

Pasākuma programma:

13:00 - 13:20 START UP MOBILITY (Daniela Kupriša, Valmiera)

13:20 - 13:50 N +TC (Kristaps Strods, Rīga)

13:50 - 14:30 BODY ART (Zigmunds Āboliņš, Rīga)

14:40 - 15:10 ZUMBA (Liene Ozoliņa, Sigulda)

15:20 - 15:50 N +TC STRENGTH (Ance Auziņa, Rīga)

16:00 - 16:40 STRETCH RELAX (Zigmunds Āboliņš, Rīga)

MIX zonā būs pieejami TRX stendi, BODY BIKE, CROSFIT zona, kā arī speciāla fitnesa zona bērniem KIDS FITNESS. Mix zona darbosies, un izmēģināt jebkuru no piedāvātajām aktivitātēm būs iespējams, visas “Vidzemes fitnesa dienas” laikā. Tāpat pasākuma ietvaros būs iespēja satikt fizioterapeitus un saņemt ieteikumus un padomus treniņu procesa, kā arī savas veselības uzlabošanai.

“Vidzemes fitnesa dienā” organizatori aicina piedalīties arī birojā strādājošos, kā arī studentus, skolēnus un jauniešus, jo pasākuma mērķis ir veicināt aktīvu un veselīgu dzīves stilu Vidzemes reģionā, kā arī popularizēt dažāda veida fizikās un fitnesa aktivitātes Valmieras un Vidzemes iedzīvotāju.

Biļetes ir iespējams iegādāties iepriekšpārdošanā “Biļešu Serviss” kasēs, kā arī pasākuma norisē uz vietas. Biļetes cena 10€, pērkot vismaz 10 biļetes vienā reizē, vienas cena 8€. Bērniem, skolēniem, studentiem uzrādot apliecību biļetes cena 5 EUR. Pasākuma norises laiks 13.00 - 17.00. “Vidzemes fitnesa dienu” organizē SIA “Vidzemes Olimpiskais centrs” sadarbībā ar sporta preču veikalu SPORTLAND.

Plašāka informācija: www.voc.lv