

R I G A
L A T V I A

OMNIGYM IEDZĪVOTĀJU IESAISTES PĒTĪJUMS

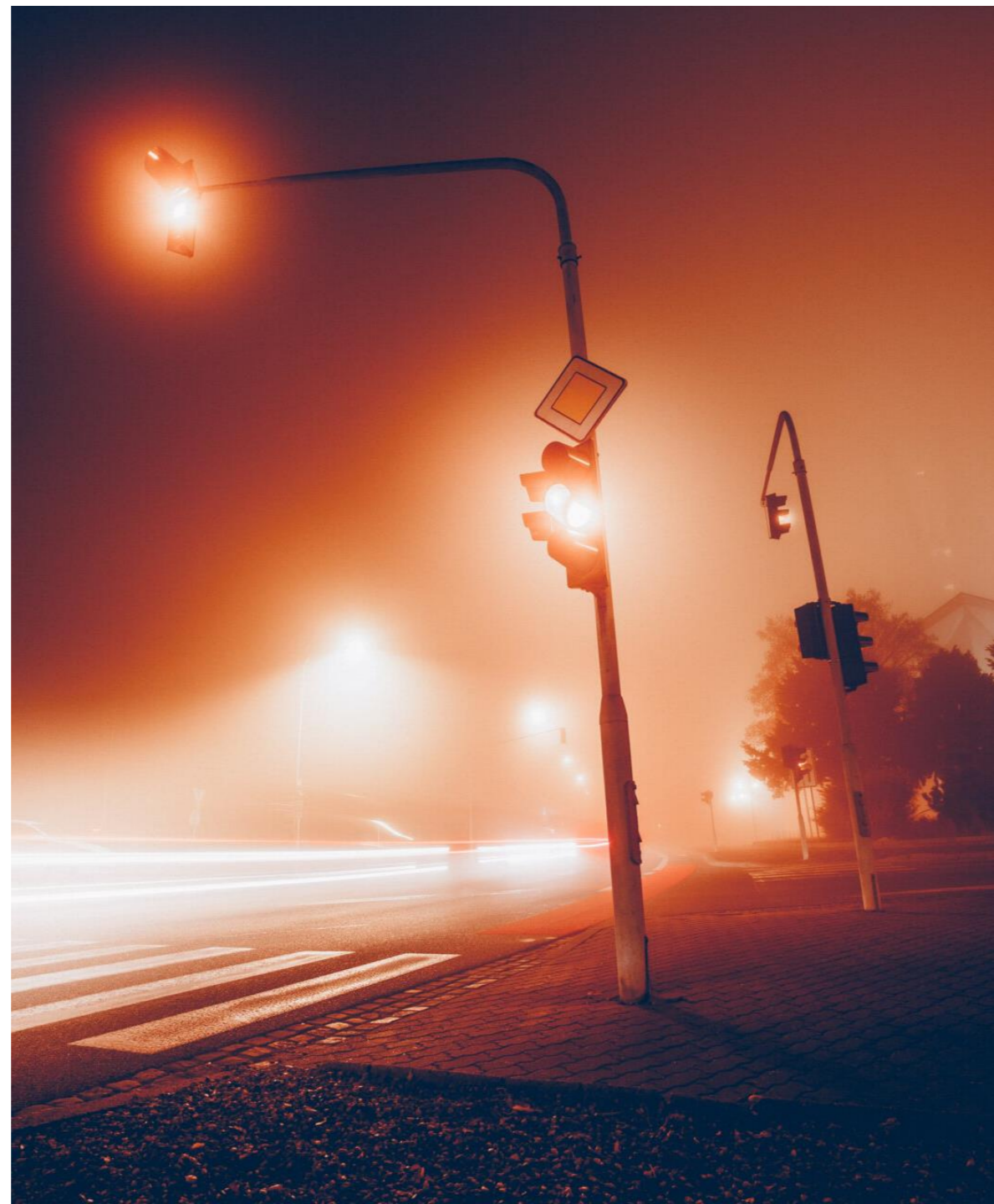
Sadarbībā ar Rīgas pašvaldību.

Periods – 25.05.2023 – 22.06.2023

OMNIGYM

A man is shown from the chest up, performing a pull-up on a black metal bar. He is wearing a dark t-shirt and has a focused expression. The background is a blurred gym setting. The entire image is overlaid with a semi-transparent blue filter. In the center, the word 'APKOPOJUMS' is written in white, uppercase, sans-serif font, enclosed within a white rectangular border.

APKOPOJUMS



CASE: RIGA

Pētījuma mērķis ir iegūt atgriezenisko saiti no vietējiem iedzīvotājiem par Omnigym āra trenažieru piedāvātajām fizisko aktivitāšu iespējām un šāda trenažieru laukuma aktualitāti pašvaldībā.

Pētījums norisinājās Imantā, Anniņmuižas parkā - 25.05.2023 – 22.06.2023

201
atbildes

Tika saņemtas 201 atbildes uz aptaujas
jautājumiem

66%
vīrieši

34%
sievietes

15%
virs 45 gadiem



LABI VAI TEICAMI

98%

respondentu trenažieru laukumu novērtēja
ar atzīmi «Labi» vai «Teicami»



VIENLĪDZ LABI VAI LABĀKI
KĀ IEKŠTELPU TRENAŽIERI

83%

respondentu atzina Omnigym trenažierus
kā «Vienlīdz labus» vai «Labākus» kā
iekštelpu trenažieri



REGULĀRI
APMEKLĒTĀJI

50%

respondentu trenažieru laukumu
apmeklēja vismaz 3 reizes.

OMNIGYM

C A S E : R I G A

ATVĒRTIE KOMENTĀRI



Brīnišķīga pop up ideja! Novēlu, lai izdodas Omnigym trenažieru laukumus ieviest uz palikšanu. Rīgas iedzīvotājiem, īpaši jauniešiem, kuriem vēl nav skaidra tā pareizā ceļa izvēle, ļoti noderīgi. Ar spēka treniņu palīdzību trenējam ne tikai ķermeni, bet arī prātu un garu.

Uz izdošanos!



Imantas trenažieriem obligāti ir japaliek, tas veicinās jauniešus uz fiziskām aktivitātēm. Protams arī neaizmirsīsim pat senjoriem, Kā arī man pašam šie trenažieri ļoti iet pie sirds ! Kopā ir spēks, turēsim īkšķus! Lai Imantas kopienai ir kur trenēties



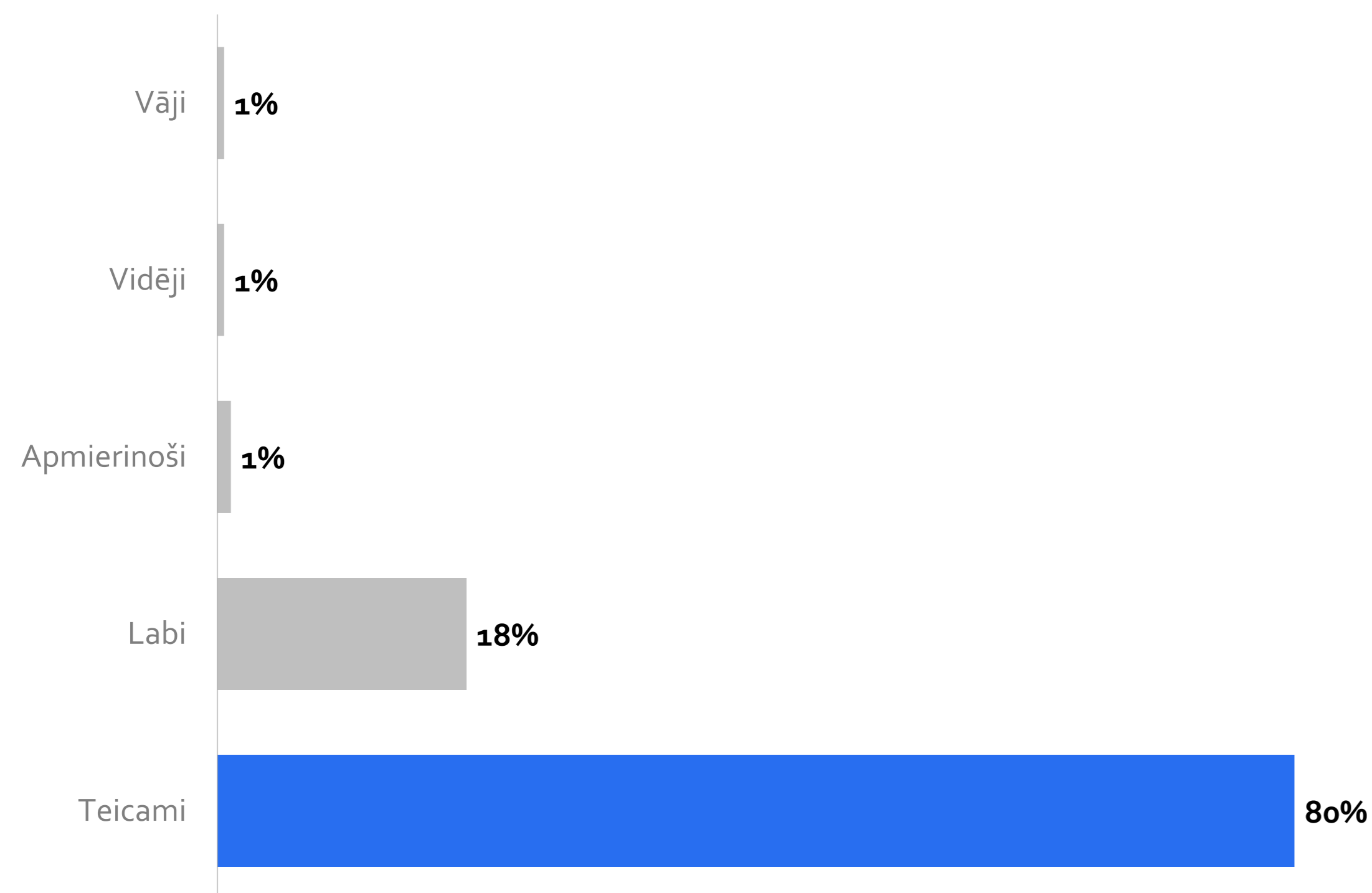
Man ļoti, ļoti patīk šī atrašanās vieta Imantas plaviņā, tā ir ērti sasniedzama no dažādiem Imantas atrašanās punktiem. Vispār doma par āra trenažieriem ir brīnišķīga, tā palīdzēs cilvēkiem kļūt aktīvākiem, kaut vai prieka pēc pie tiem pienākot un izdarot pāris vingrojumus. Man patīka Omnigym trenažieri, jo tiem varēja regulēt atsvarus, kas parasti nav sastopams āra trenažieriem.

A woman in a red jacket and patterned leggings is smiling while using an outdoor gym machine in a snowy park. The machine has a weight stack with numbers 5, 15, 17.5, and 20. The background shows a snowy landscape with trees and a utility pole.

A P R Ī K O J U M S

CASE: RIGA

Kāds būtu kopējais vērtējums, ko Tu piešķirtu šim trenažieru laukumam?

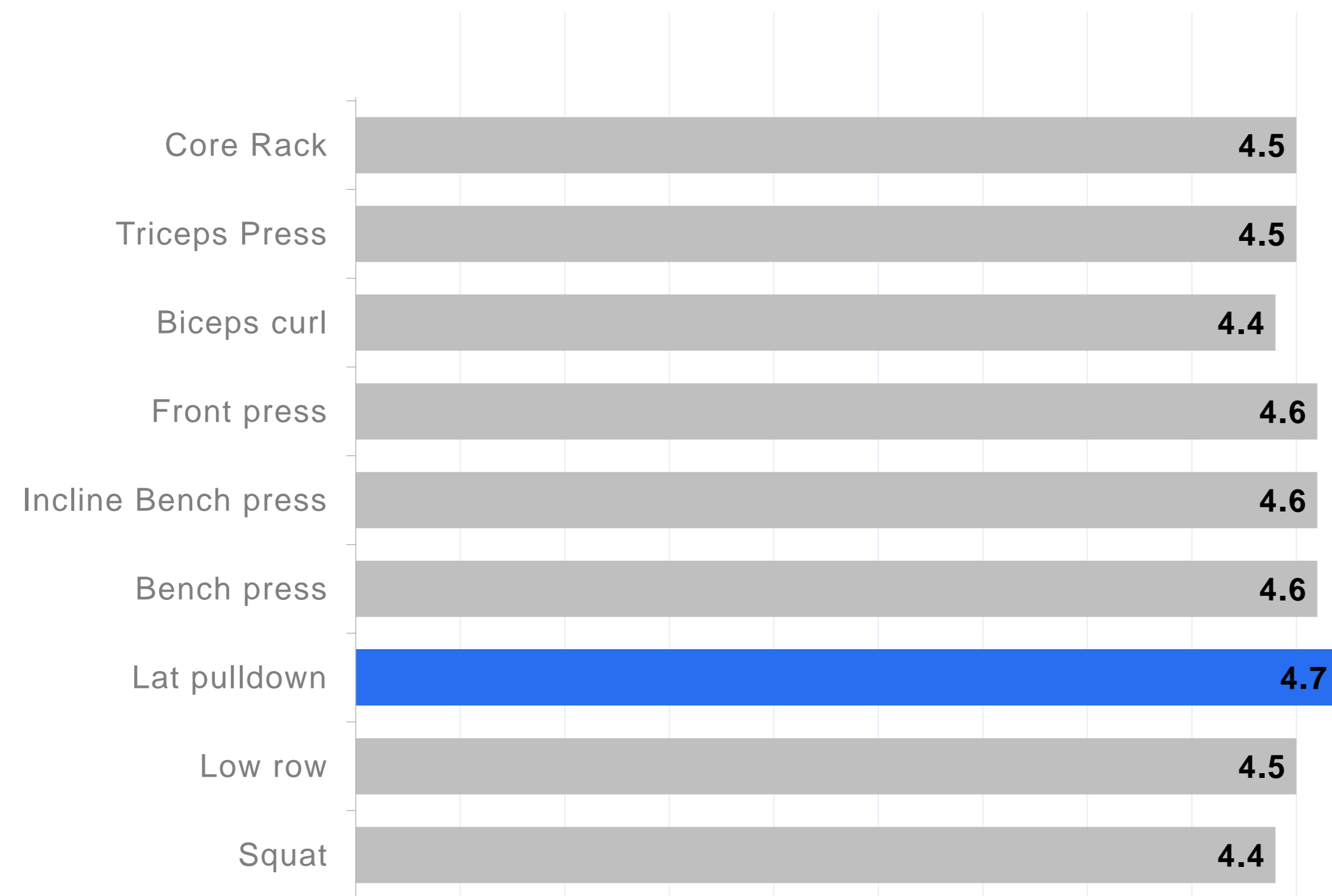


OVERALL SCORE

4,8/5

CASE: RIGA

TRENAŽIERU VĒRTĒJUMA KOPSAVILKUMS

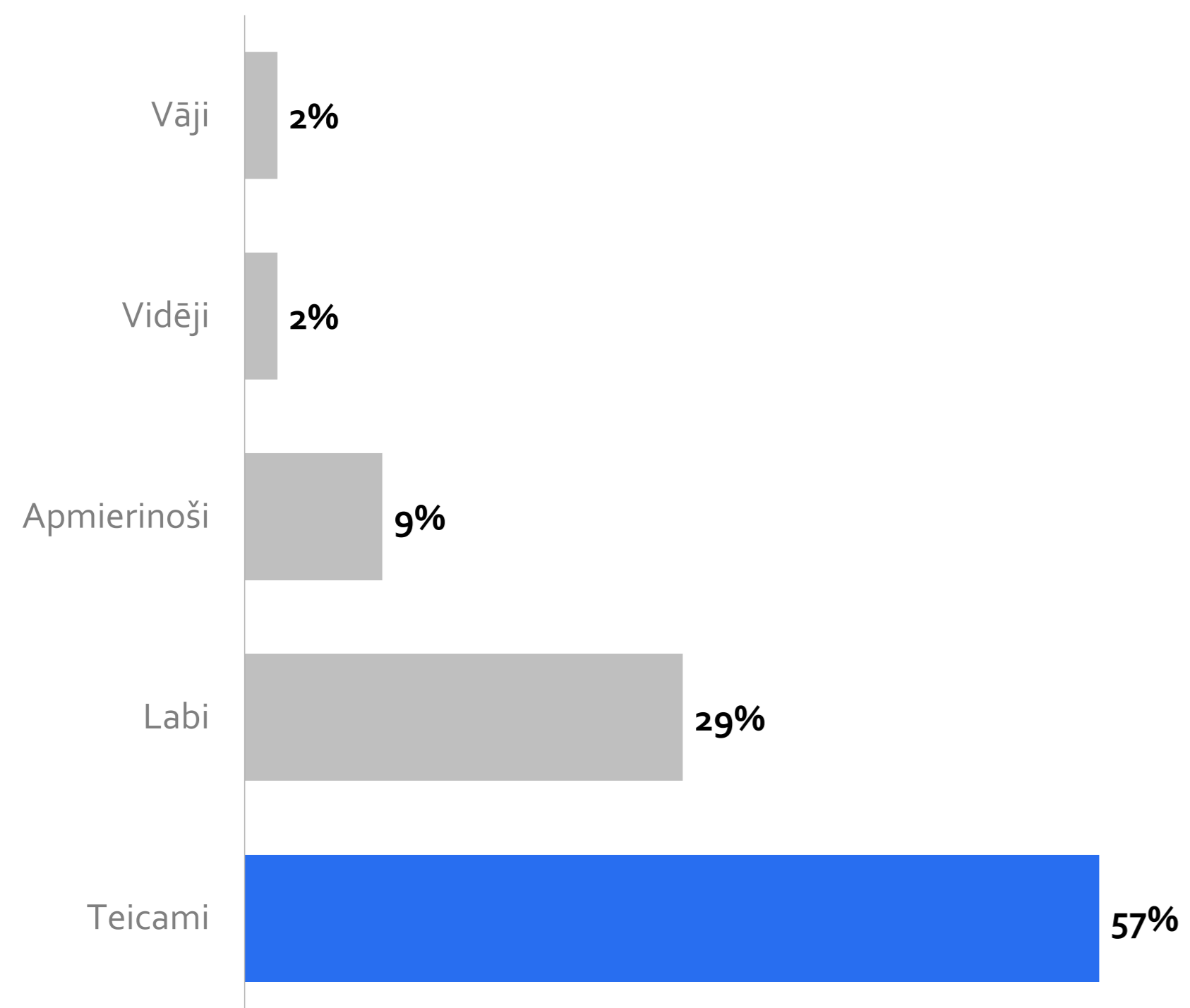


OVERALL SCORE

4,4/5

CASE: RIGA

Kā vērtē treniņu pieredzi uz pietupienu trenažiera? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



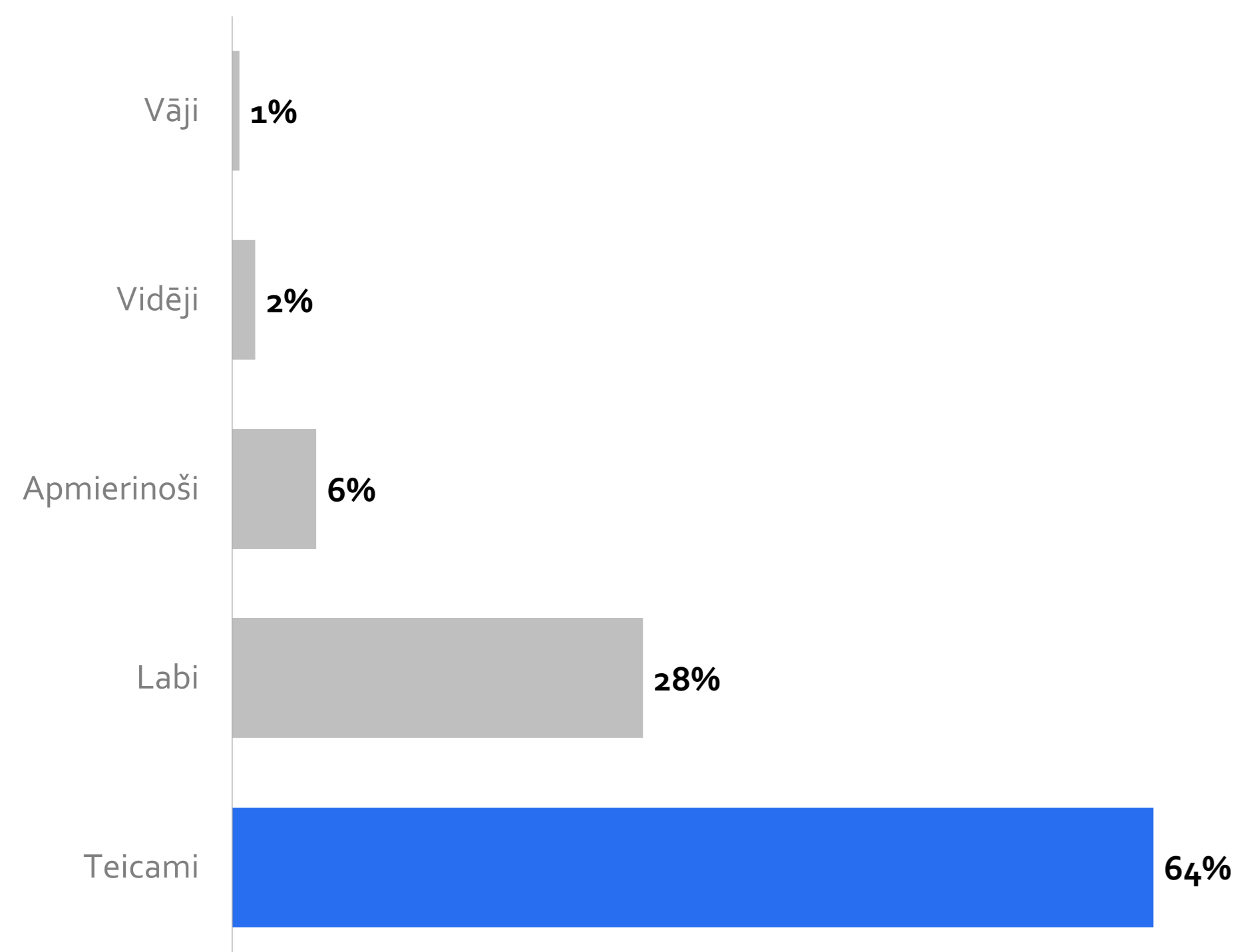
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,5/5

CASE: RIGA

Kā vērtē treniņu pieredzi ar trenažieri vilkšanai no priekšas? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



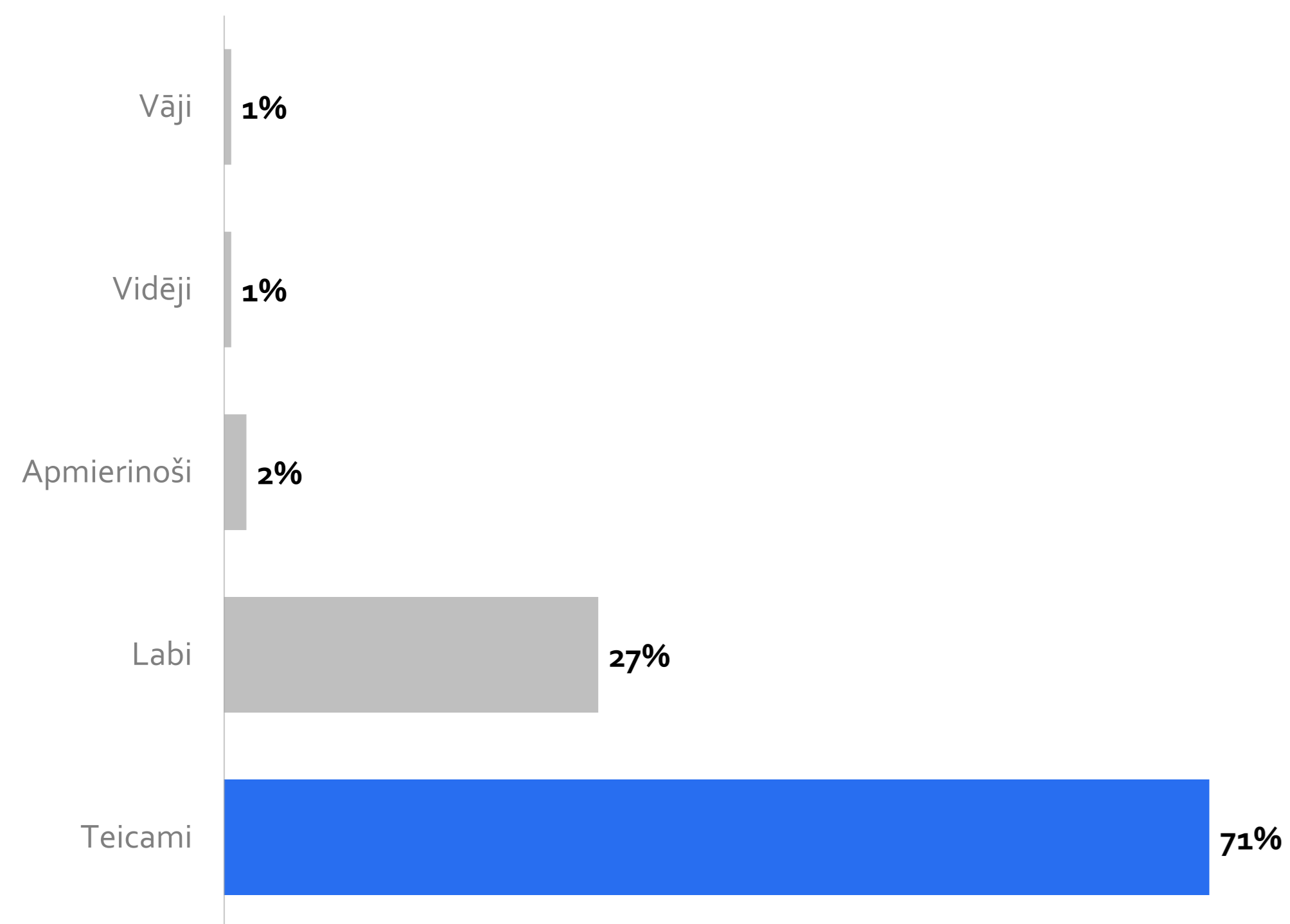
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,7/5

CASE: RIGA

Kā vērtē treniņu pieredzi ar trenažieri vilkšanai no augšas? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



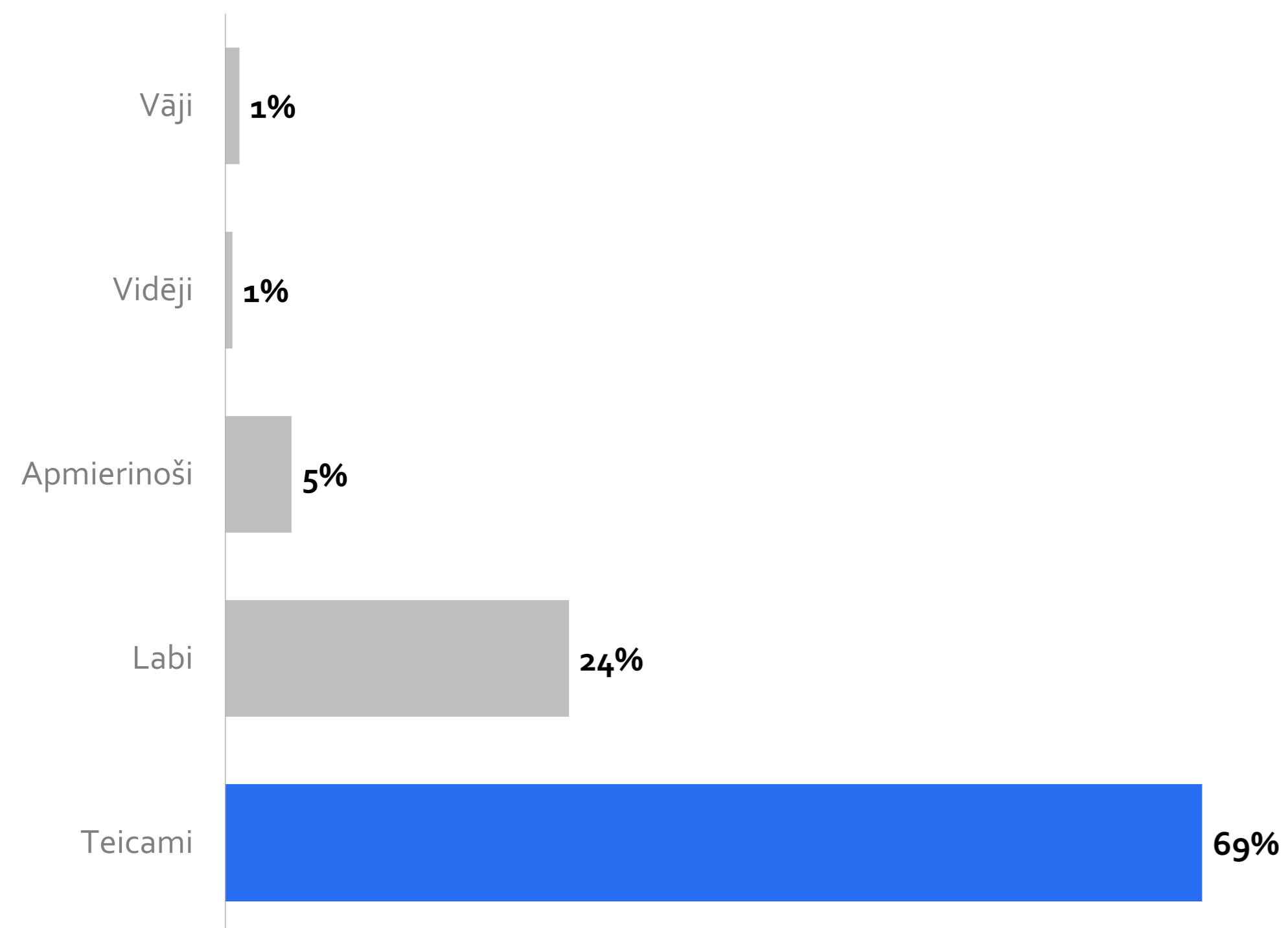
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,6/5

CASE: RIGA

Kā vērtē treniņu pieredzi ar treniņierīci spiešanai guļus? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo treniņierīci.



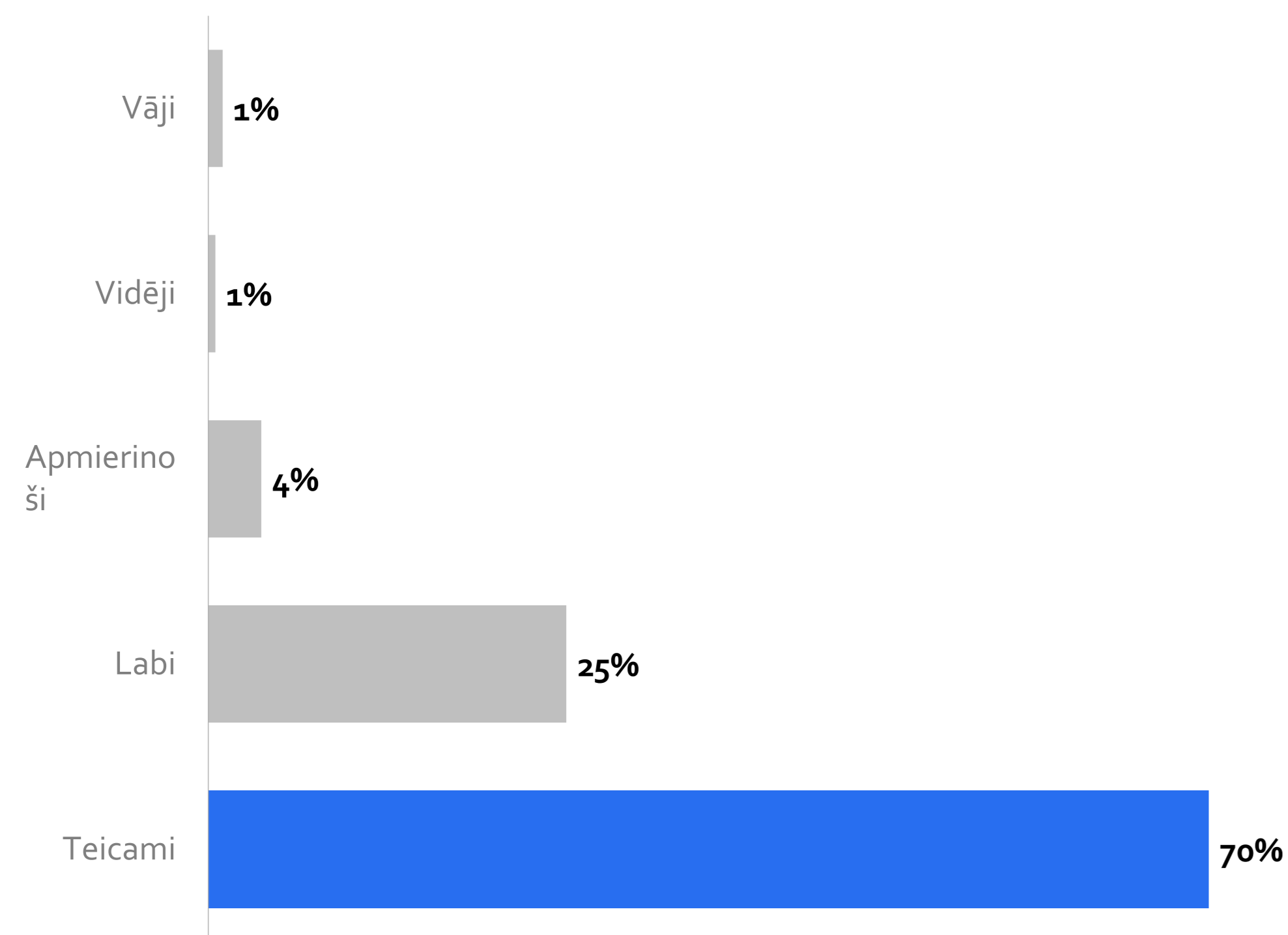
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,6/5

CASE: RIGA

Kā vērtē treniņu pieredzi ar treniņierīci spiešanai guļus uz slīpa sola? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo treniņierīci.



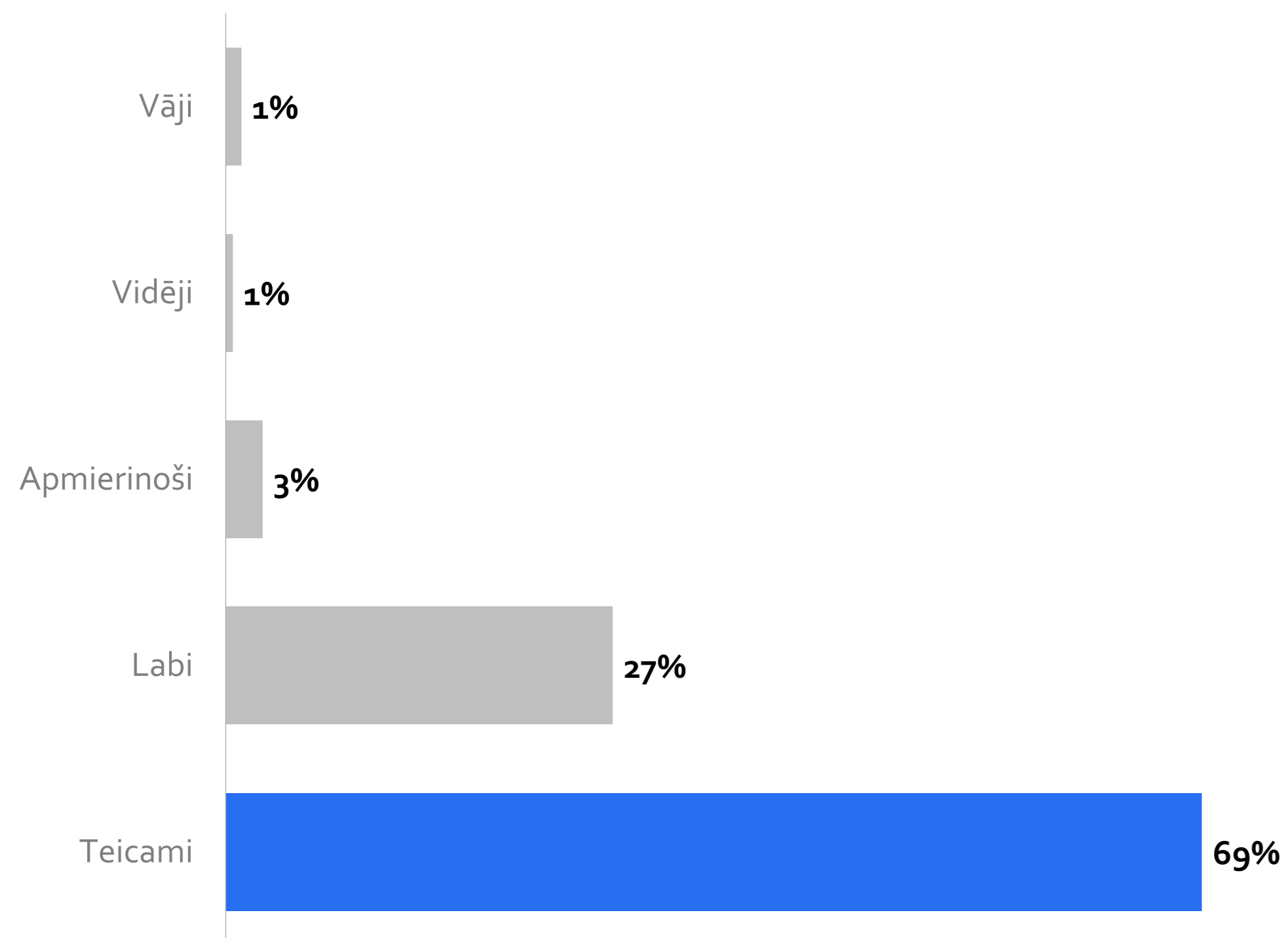
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,6/5

CASE: RIGA

Kā vērtē treniņu pieredzi ar treniņierīci
spiešanai no pleciem? Izlaid jautājumu,
ja neesi izmantojis šo treniņierīci.



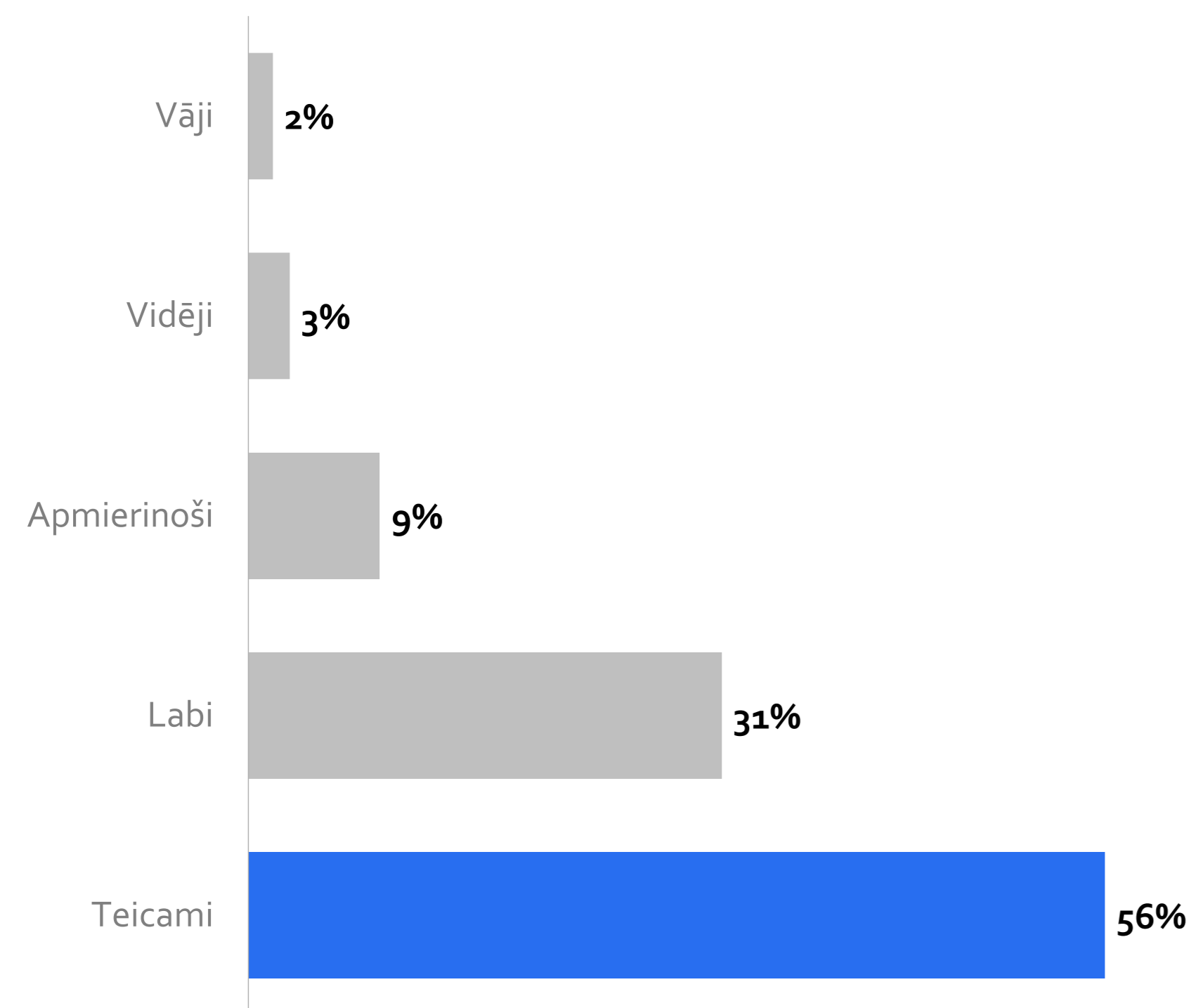
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,4/5

CASE: RIGA

Kā vērtē treniņu pieredzi ar bicepsu trenažieri?
Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



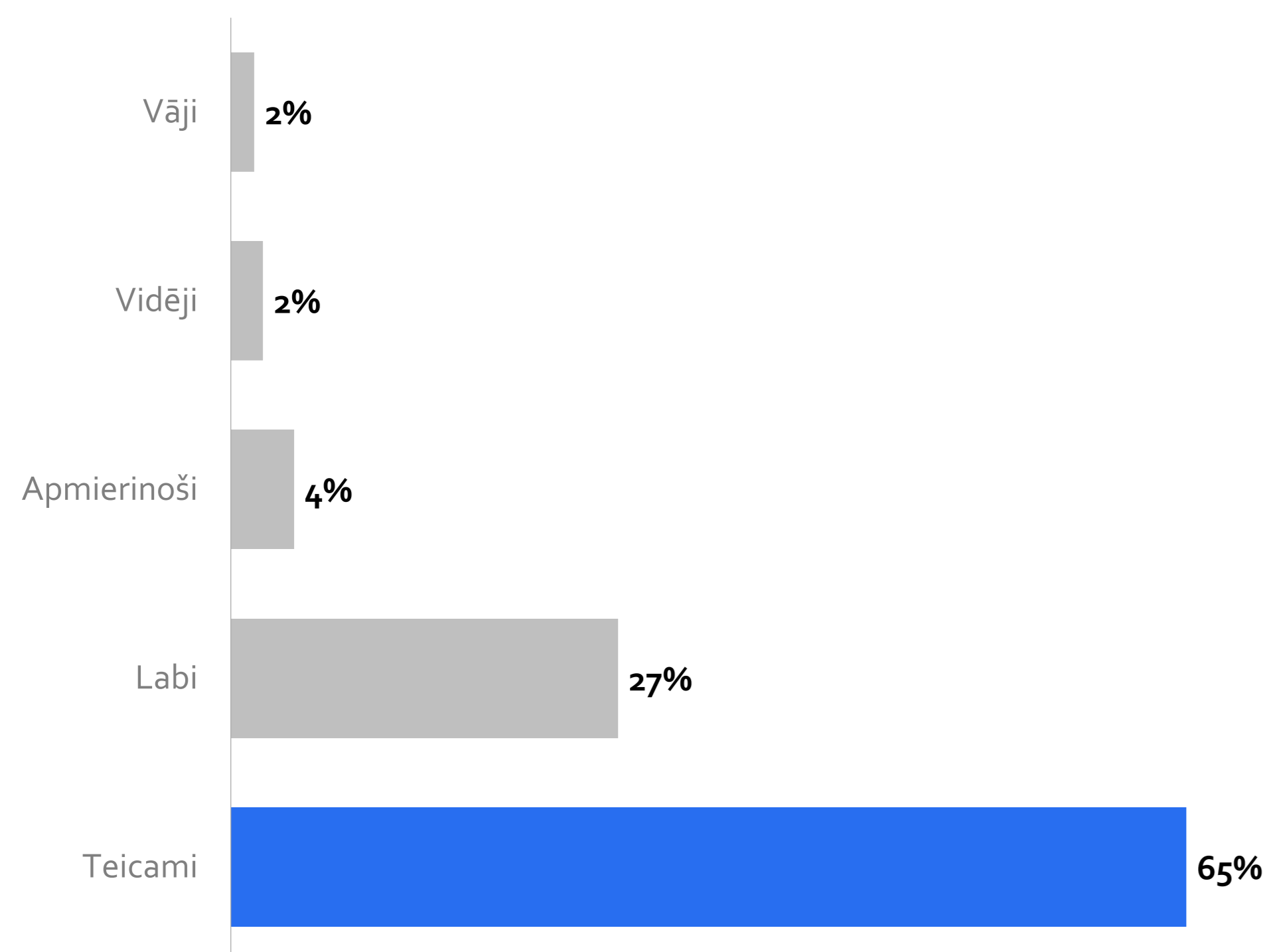
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,5/5

CASE: RIGA

Kā vērtē treniņu pieredzi ar tricepsu trenažieri?
Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



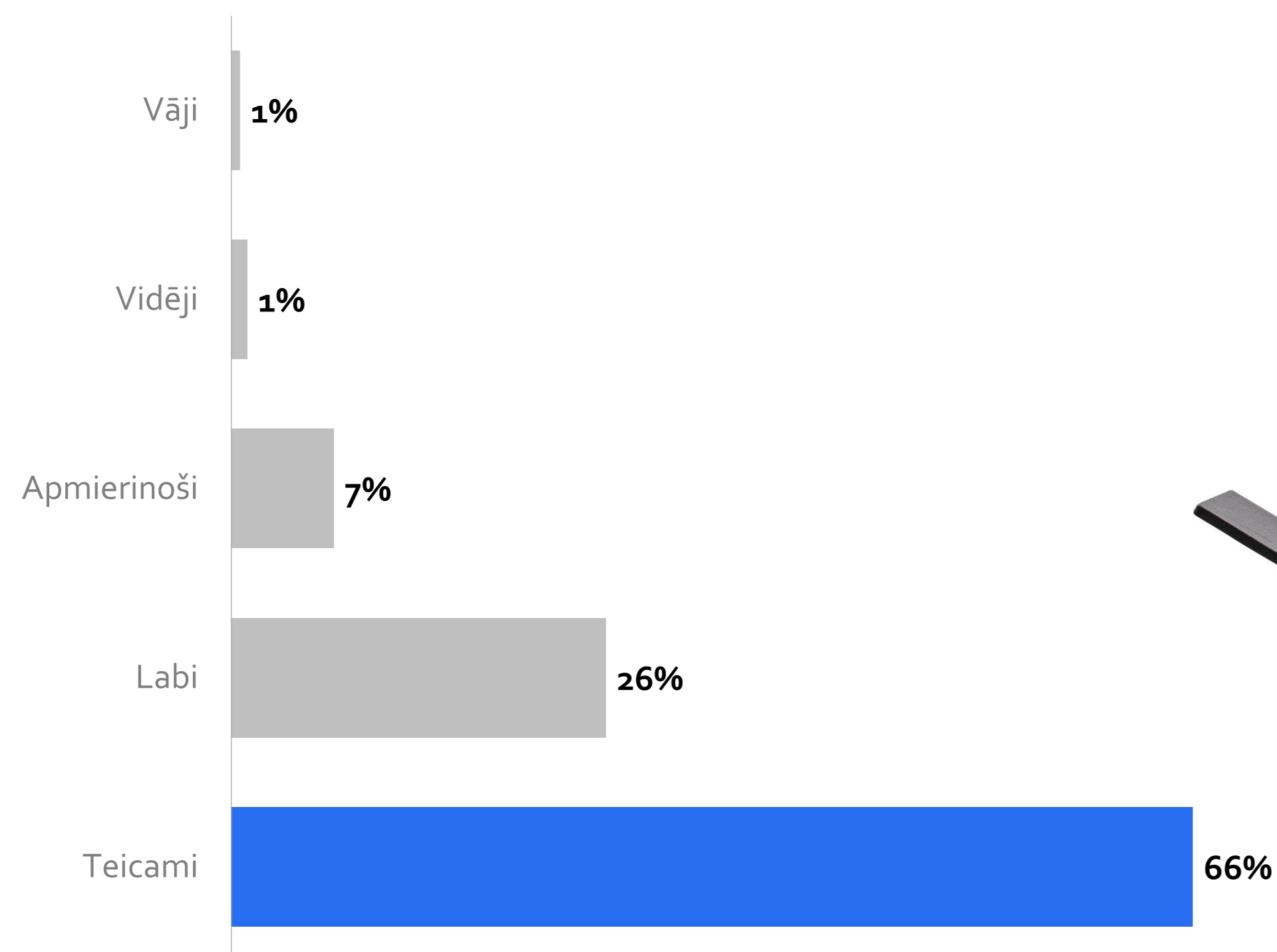
OMNIGYM

OVERALL SCORE

4,5/5

CASE: RIGA

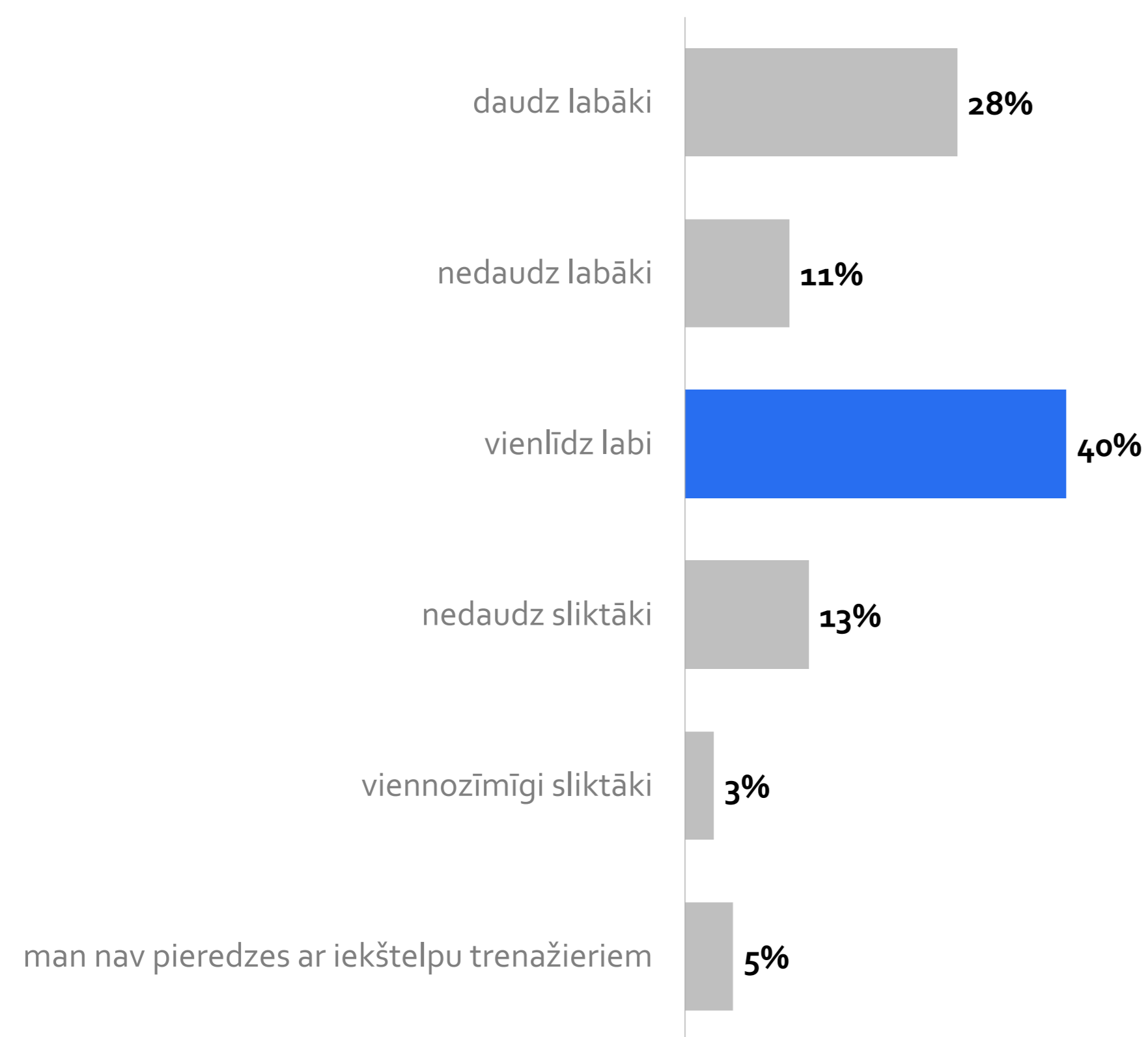
Kā vērtē treniņu pieredzi ar multifunkcionālo staciju un tās elementiem? Izlaid jautājumu, ja neesi izmantojis šo trenažieri.



OMNIGYM

C A S E : R I G A

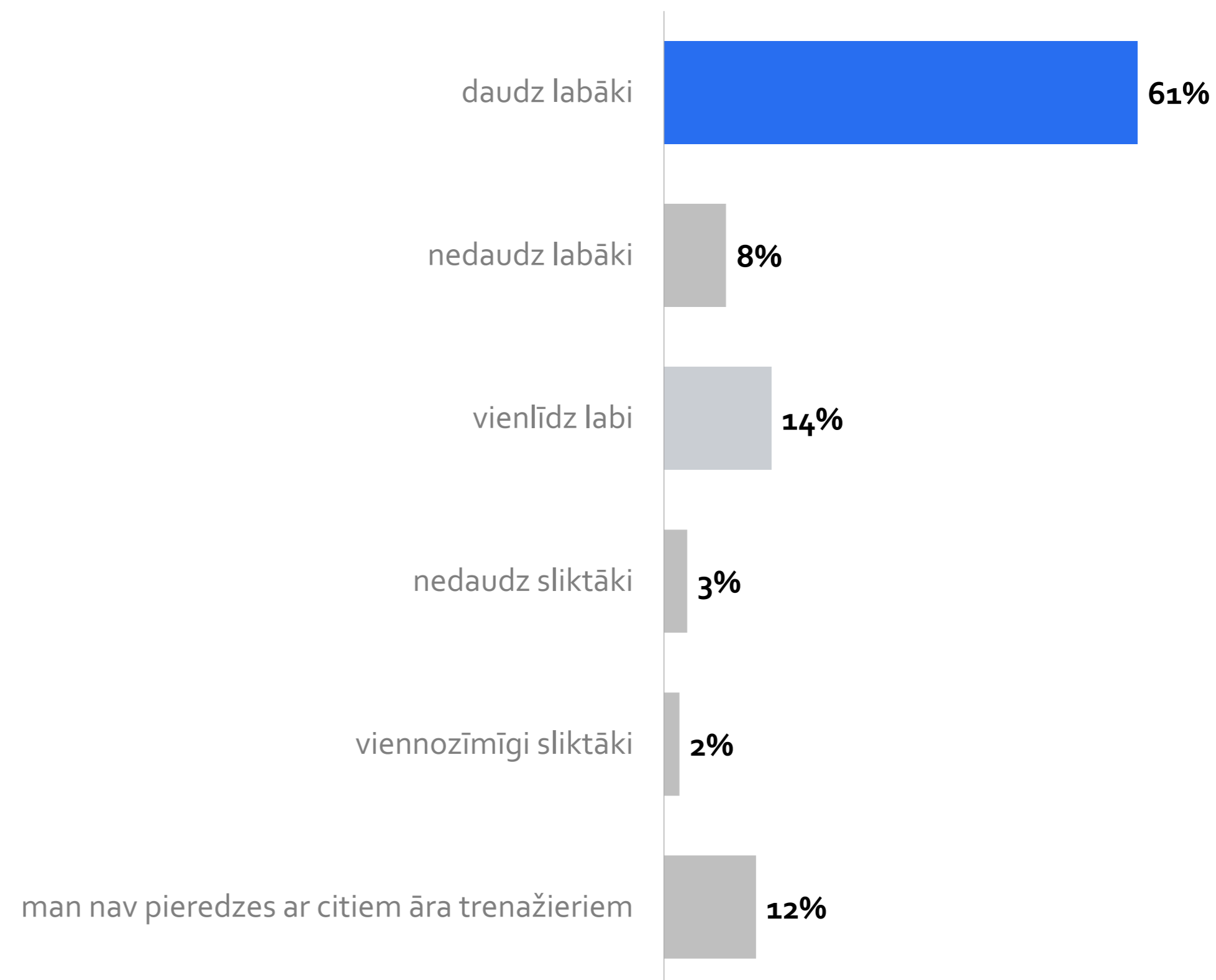
Ja salīdzini Omnigym āra trenažierus ar iekštelpu trenažieriem, vai uzskati, ka tie ir

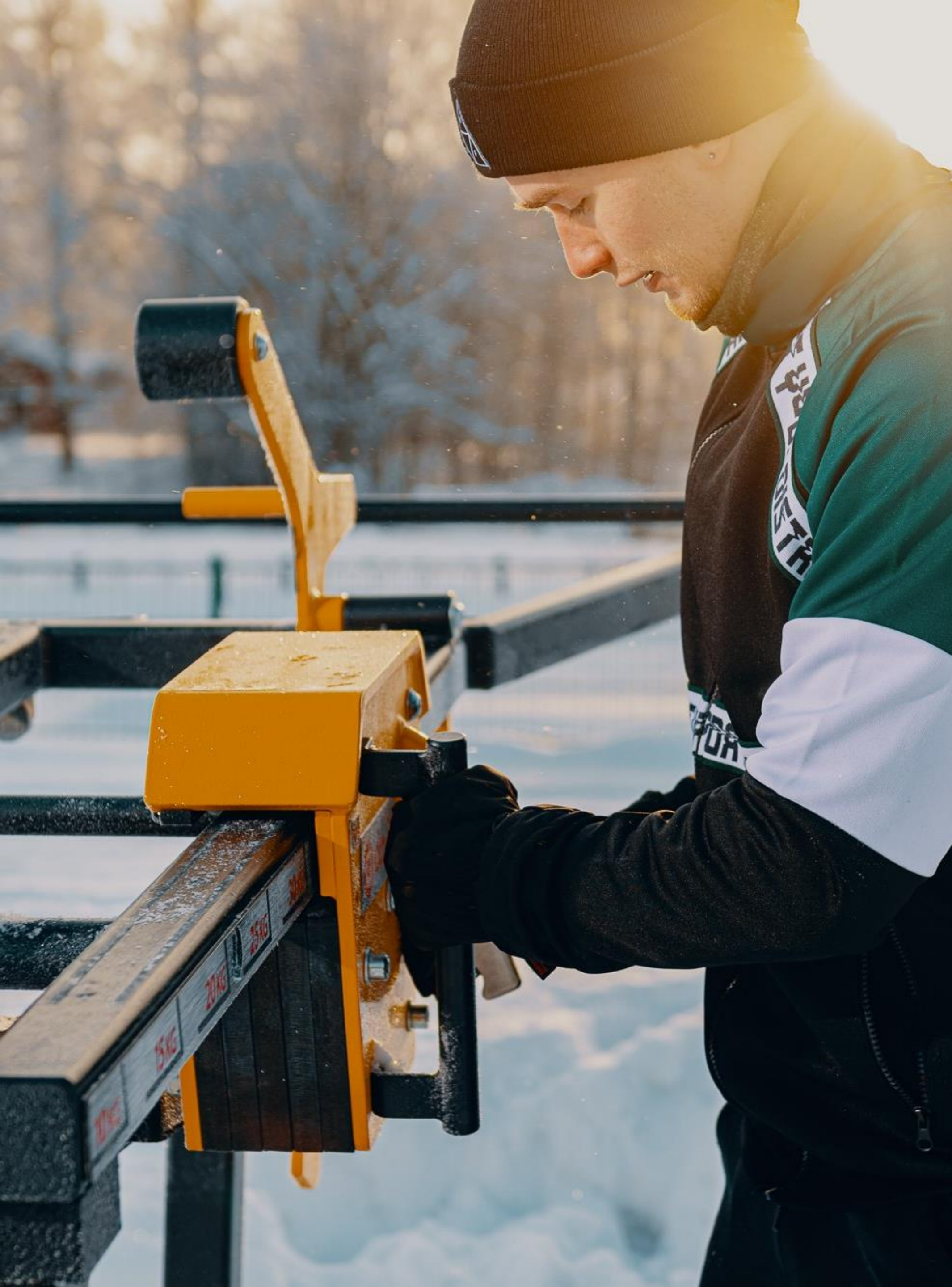




CASE: RIGA

Ja salīdzini Omnigym āra trenažierus ar citiem āra trenažieriem, vai uzskati, ka tie ir

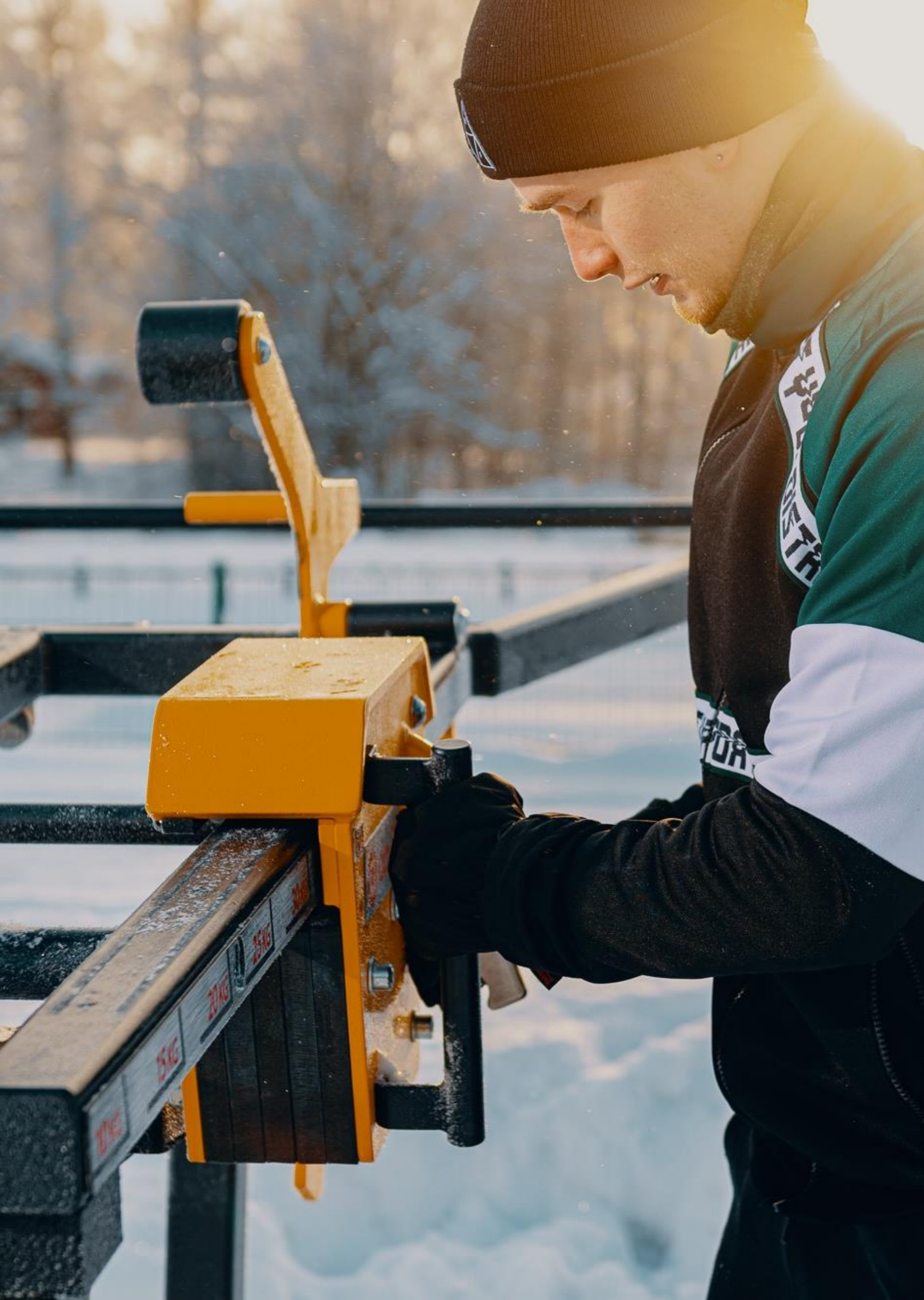




CASE: RIGA

Vai šis āra treniņieru komplekts ir pietiekams, lai nodrošinātu treniņu dažādām muskuļu grupām?

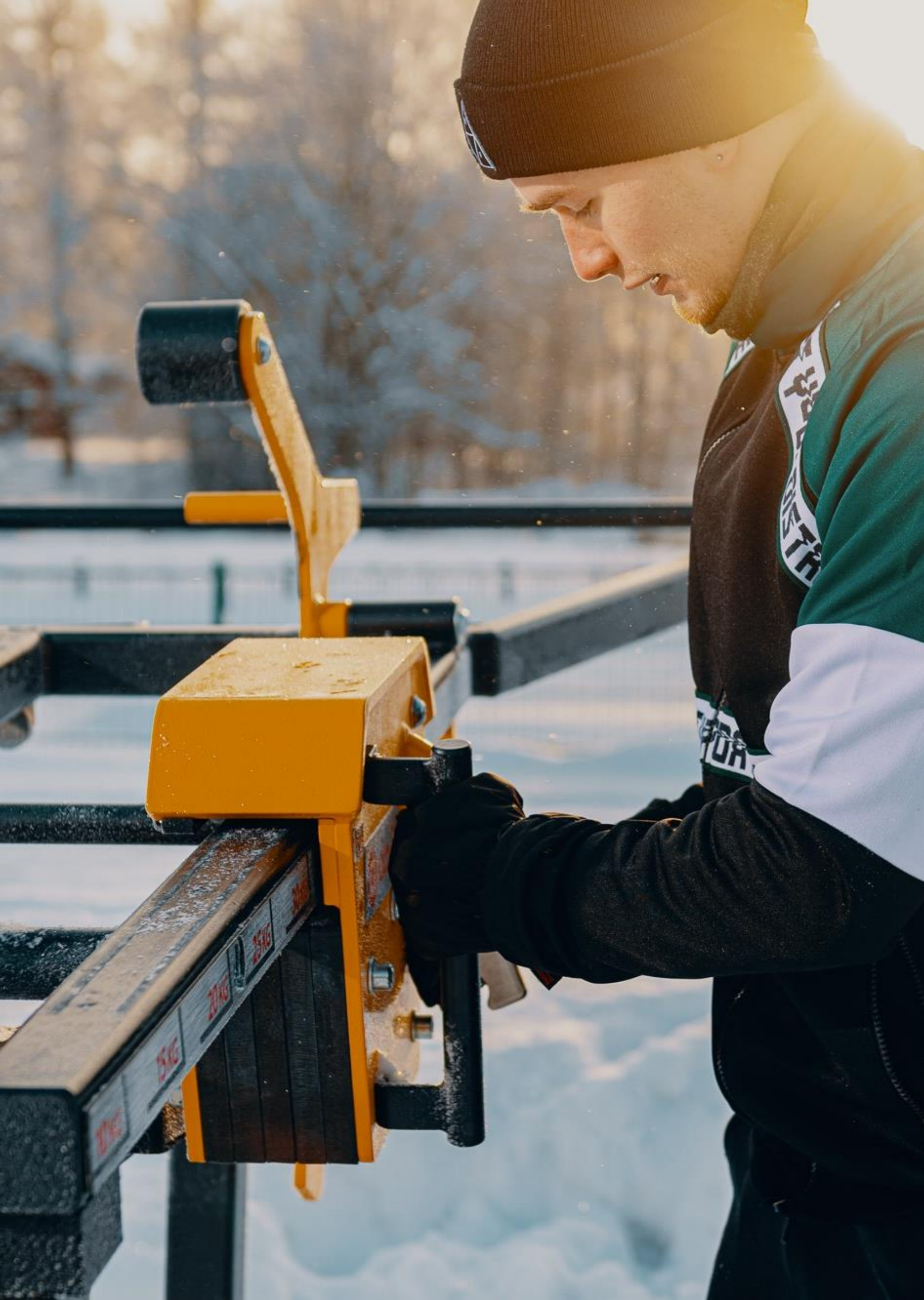




C A S E : R I G A

Kāds papildu trenāžieris, Tavuprāt, būtu nepieciešams?

- "Es būtu priecīgs, ja varētu deadlift. Bet kopumā, ļoti patika! Ceru, ka paliksiet šajā lokācijā 🙏"
- Карнес
- Тренажер для пресса.
- Būtu nepieciešams nākamās omnigym modeļos uzlikt vairāk iespējamo svaru. Lai stipri cilvēki arī varētu efektīvi trenēties
- Velotrenāžieris
- Velotrenāžieris
- "Sēžas muskuļiem -Hip thrust machine Abductor machine Varbūt citas alternatīvas, galvenais, lai dāmas var strādāt pie savas sēžas muskuļiem 💕"
- Stieņi, pievilkšanās.
- I don't see enough equipment for chest and exercises
- Labāku trenāžieru uz pleciem.
- Kājām, airobie.
- Aerobai slodzei (vezieni ar kājām, slēpošana)
- Publiskajos sporta laukumos horizontālie stieņi un horizontālie stieņi ir jāapvieno ar OMNIGYM trenāžieriem.
- Vēl kaut kas priekš kājām
- Skriešanas.VELO
- Man patiktu ritenis un vairāk kaut kas kājām.
- Trenāžieris, lai trenēt kājus un dibeni
- Kaut kas stiepšanai
- Grūti pateikt, izskatījās ka jau tiek pārstāvēti gandrīz visi vajadzīgie muskuļu grupas trenāžieri.
- Kājām/sēžamvietai
- Kardio
- Крыто
- Priekš kājām papildināt ar kaut ko
- Trenēžieri lai varētu taisīt hip thrust
- Rear delt flys
- Kā velo vai elepriskais trenāžieris un arī kaut ko nedaudz no crosfit
- Nav atbildes
- Pievilkšanās stieni dažādiem tvērieniem + video novērošanu, lai huligāni neizdemolē
- vairāk kājām
- Uz kājām:)
- Vairāk plecu aizmugurei
- Gribētos vairāk trenāžieru kājām un dibenam 😊, lai trenētos visādās pozās, tikai ne stāvus. 😊
- Ielu vingrošanas elementi ar dažāda veida pievilkšanas stieņiem, līdztekām, pakāpieniem, horizontālām un vertikālām zviēru sienām, dažādu līmeņu pumpēšanās statīviem, boksa maisu turētājiem. To visu uzstādot uz mīksta seguma.
- Lai staigātu ka gaisa, sleposanas veidaa
- Noteikti gurnu trenāžieris, jo sievietēm arī patīk trenēties svaigā gaisā, jaunām māmiņām, kuri nevar atrast laiku iet uz gym piemeram



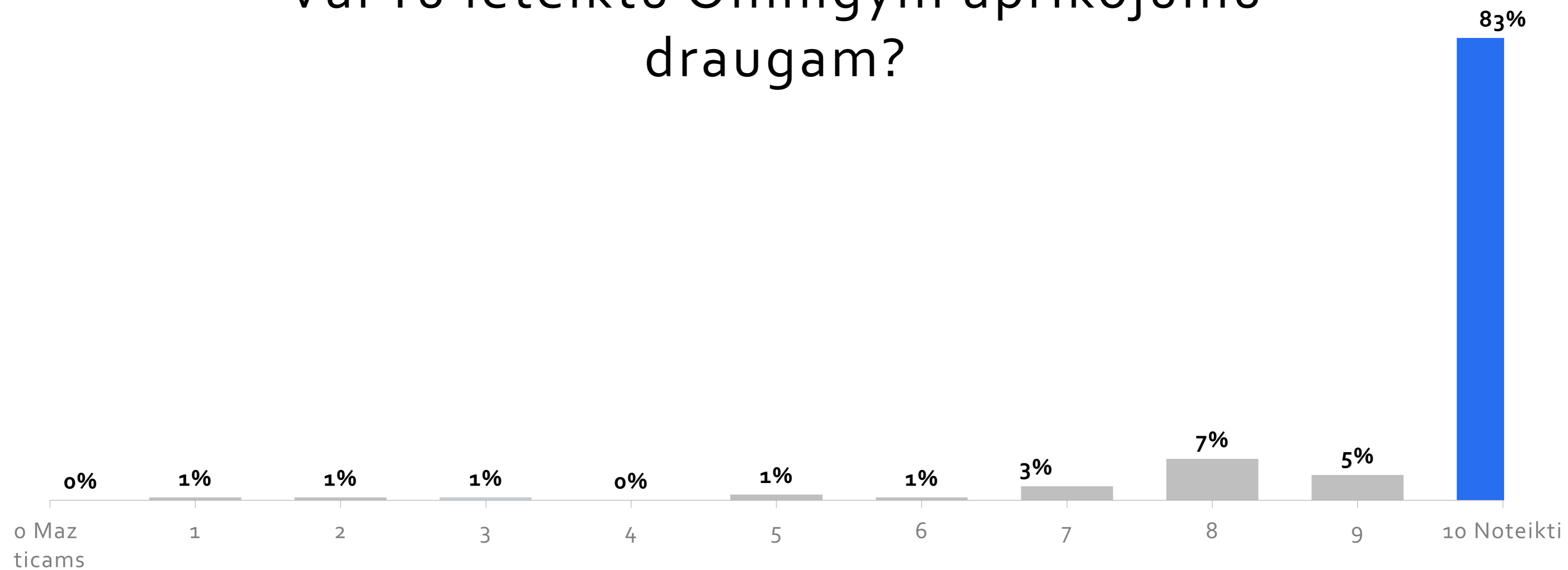
C A S E : R I G A

Kāds papildu trenāžieris, Tavuprāt, būtu nepieciešams?

- Vēl kaut kas priekš kājām
- Būtu labi, lai varētu regulēt priekš dažādiem augiem. Mans augums ir 160cm un ne tā visiem trenāžieri ir ērti sportot
- Турник
- Турник для подтягиваний
- nāves pacelšanai
- Vēdera preseī tikai viens, bet gribētāju daudz 🙄
- Nepieciešami trenāžieri citiem muskuļu grupām, ka kājām, presem
- hipthrust
- Free weights
- OMNIGYM® Outdoor Leg Press OG14,
- Nevis trenāžieris, bet turniks
- Kājām
- Pietupienu trenežieram nepieciešams lielāks svars
- Domāju, kā trenāžieru veidi pietiek, taču, drīz pietrūks to daudzums. Tie īsā laikā ir kļuvuši populāri. Ceru ka projekts attīstīsies
- Velo kardio trenāžieri!
- Kardio- velo, airēšanas
- Kardio, velo
- Trenāžieris uz kājas ikriem
- Turnik
- Мало на ноги !И прес
- Kāju kvadriceps
- upper chest press
- Kāds trenāžieris vai iekārta bērniem, lai viņi tiktu nodarbināti, kad vecāki grib patrenēties
- Leg press un Smita trenāžieris
- Lai pievilkties, lūdzu
- Vilkme
- Var ielikt kajam stiene vai trenazerus vel .
- Pievilksanas stienis.
- Leg press
- Vēl dažus uz kāju muskuļu grupām
- Жим ногами и для внутренних и наружных мышц ног
- Veloergometrs
- "Vilkme!!Pievilksanas stienis!!Vederpreses trenezieris!!"
- Skriešanas celiņš
- Maybe some more equipment for leg workouts
- Kājas tr
- Kāju trenēšanai
- Zemākās ķermeņa daļas muskuļu grupas
- Zviedru sienas
- Domāju, ka nekāds. Ar esošajiem trenežieriem var darboties uz visām lielajām muskuļu grupām.
- Deadlift, pievilksanas stienis
- Pull-up bar
- "1) Турник (перекладина);2) Тренажер для икроножных мышц;3) Тренажер для мышц предплечья;4) Больше разнообразие упражнений для мышц пресса."
- Pievilksanas pie stieņa

R I G A

Vai Tu ieteiktu Omnigym aprīkojumu draugam?

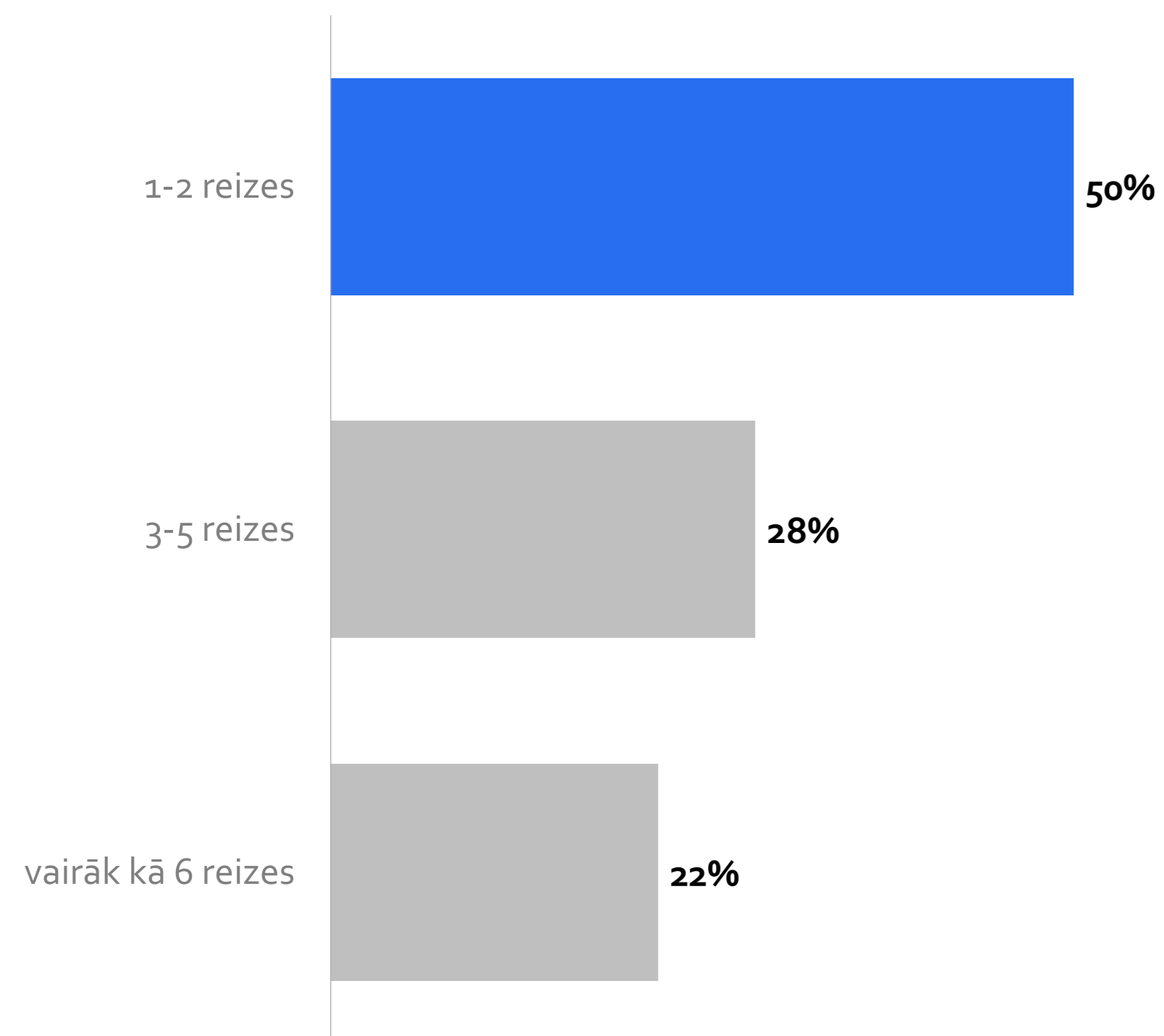


A man with a beard and a wide smile is performing a pull-up on a black metal bar. He is wearing a grey long-sleeved shirt with a red stripe and a patterned sleeve, and a grey athletic top with the number '257' and 'ULTRARON 9' visible. The background is a blurred outdoor setting with trees and a blue sky. The entire image has a blue color overlay. A white rectangular box is centered over the man's chest, containing the word 'VIETA' in white, uppercase, sans-serif font.

VIETA

CASE: RIGA

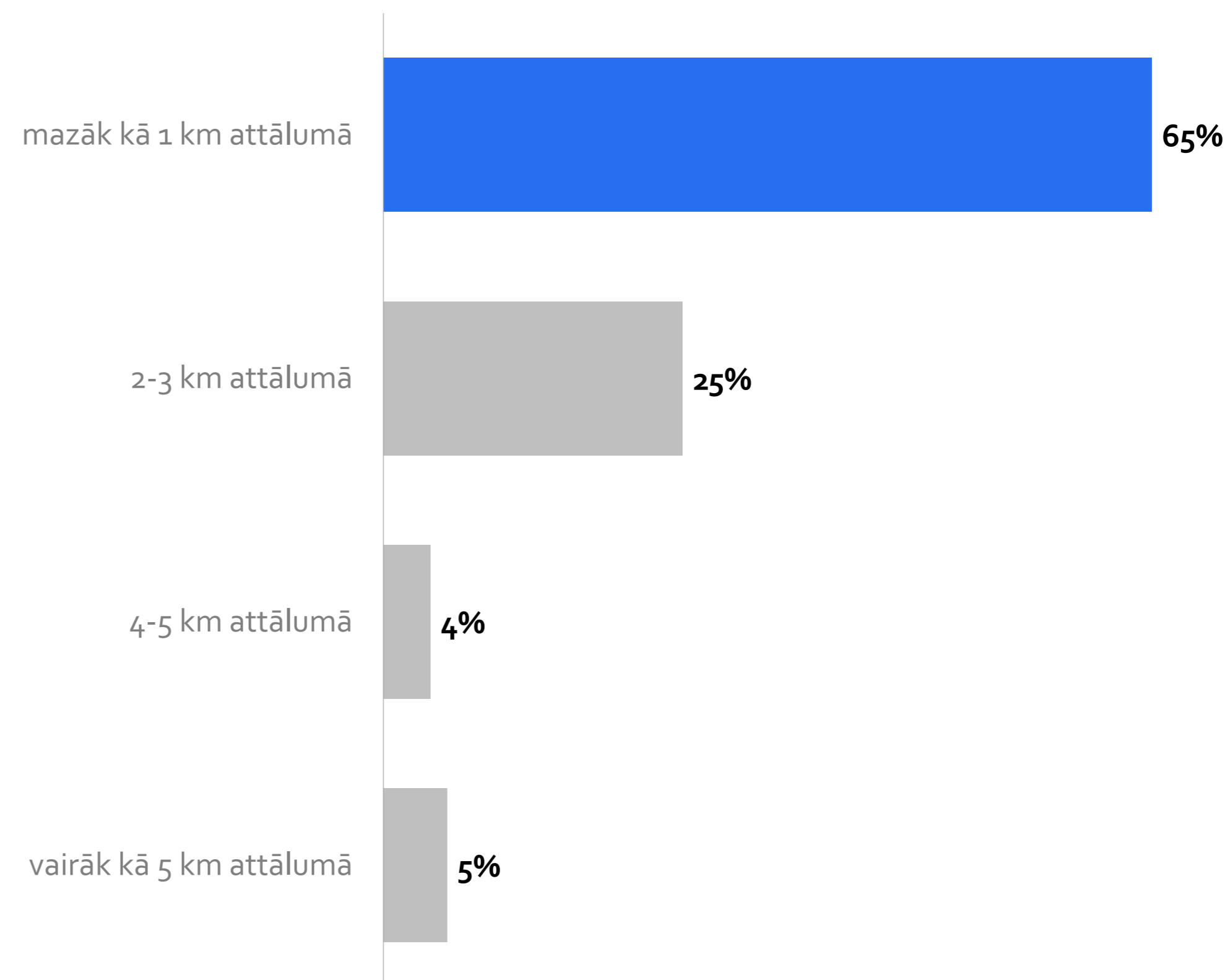
Esmu trenējies šajā āra trenažieru laukumā





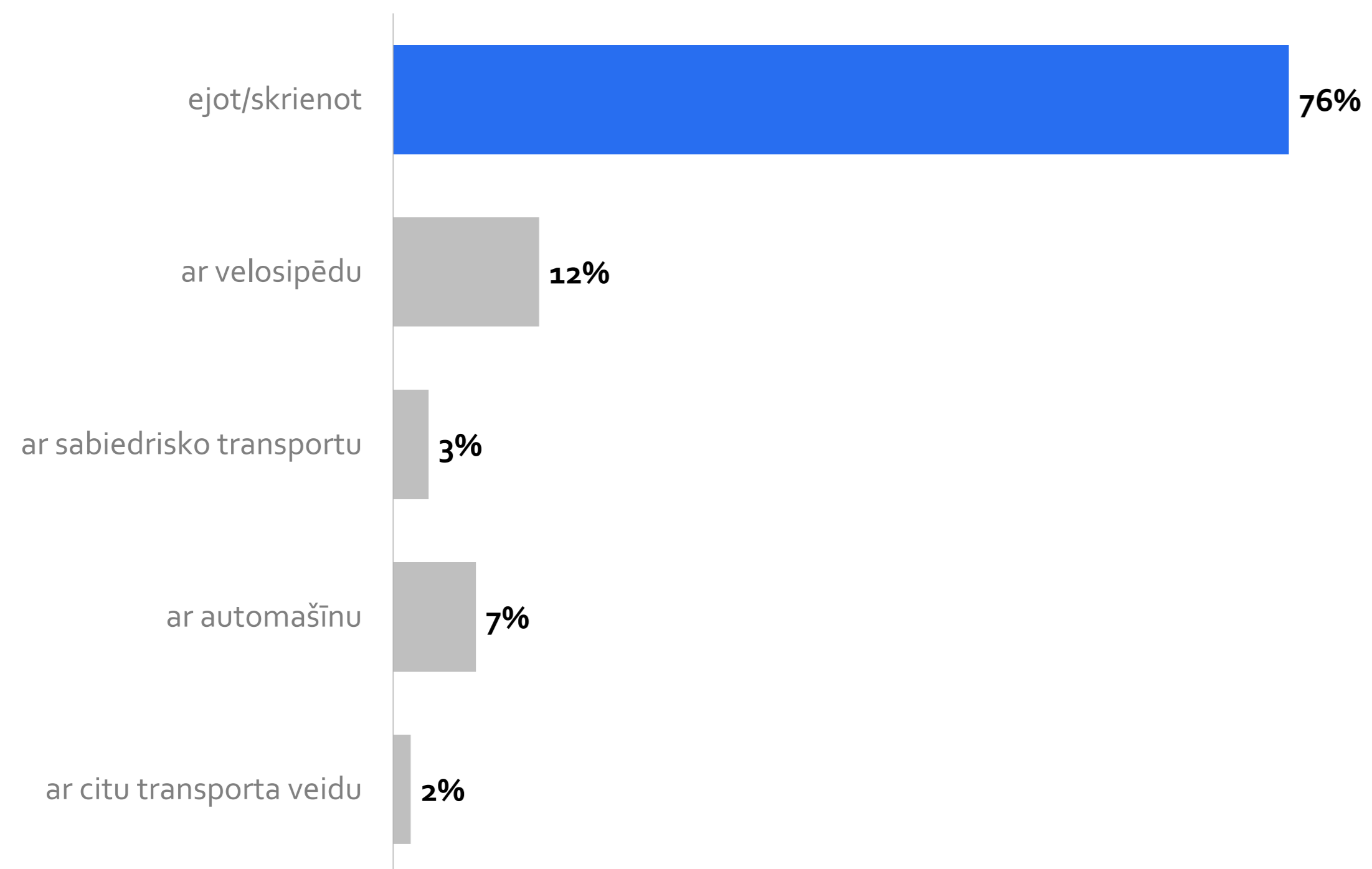
C A S E : R I G A

Šis āra treniņieru laukums no manām mājām atrodas



CASE: RIGA

Kā Tu šeit nokļuvi?



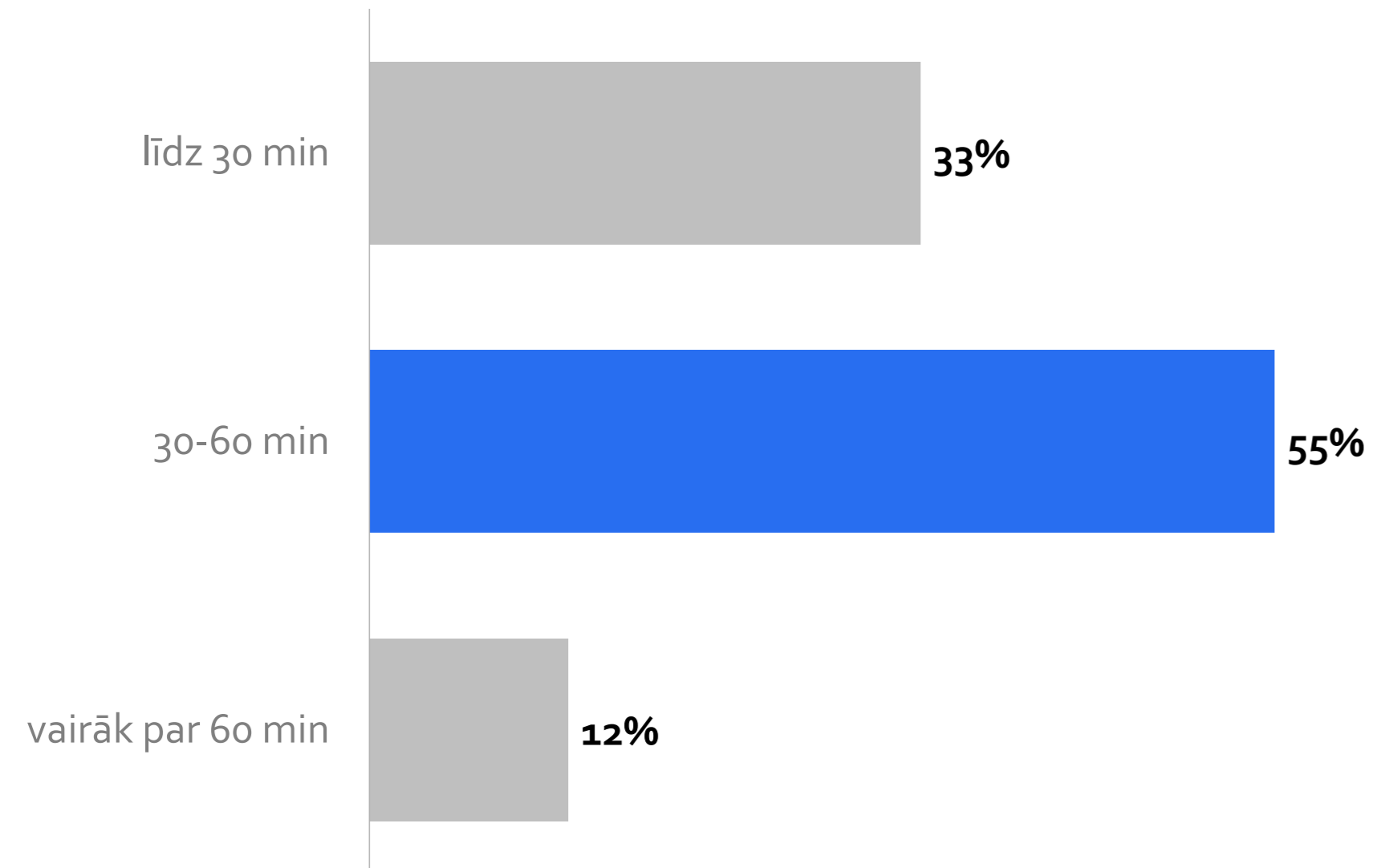
Ar citu transporta veidu:

- Staigājot pa mežu ar suņiem pamanīju un aizgāju nākamajā dienā
- Ar skūteri



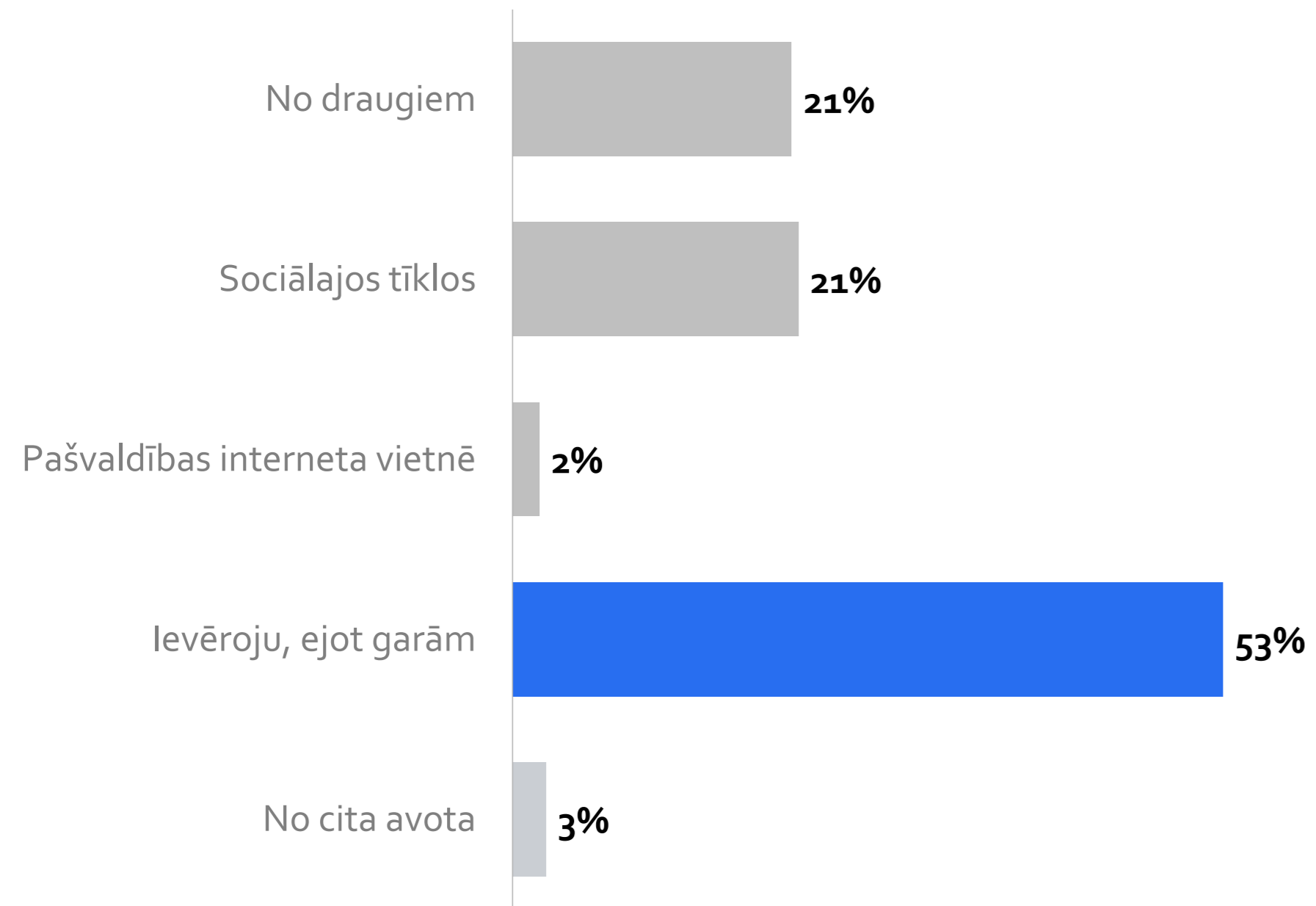
CASE: RIGA

Šajā āra trenažieru laukumā mans treniņa ilgums parasti ir

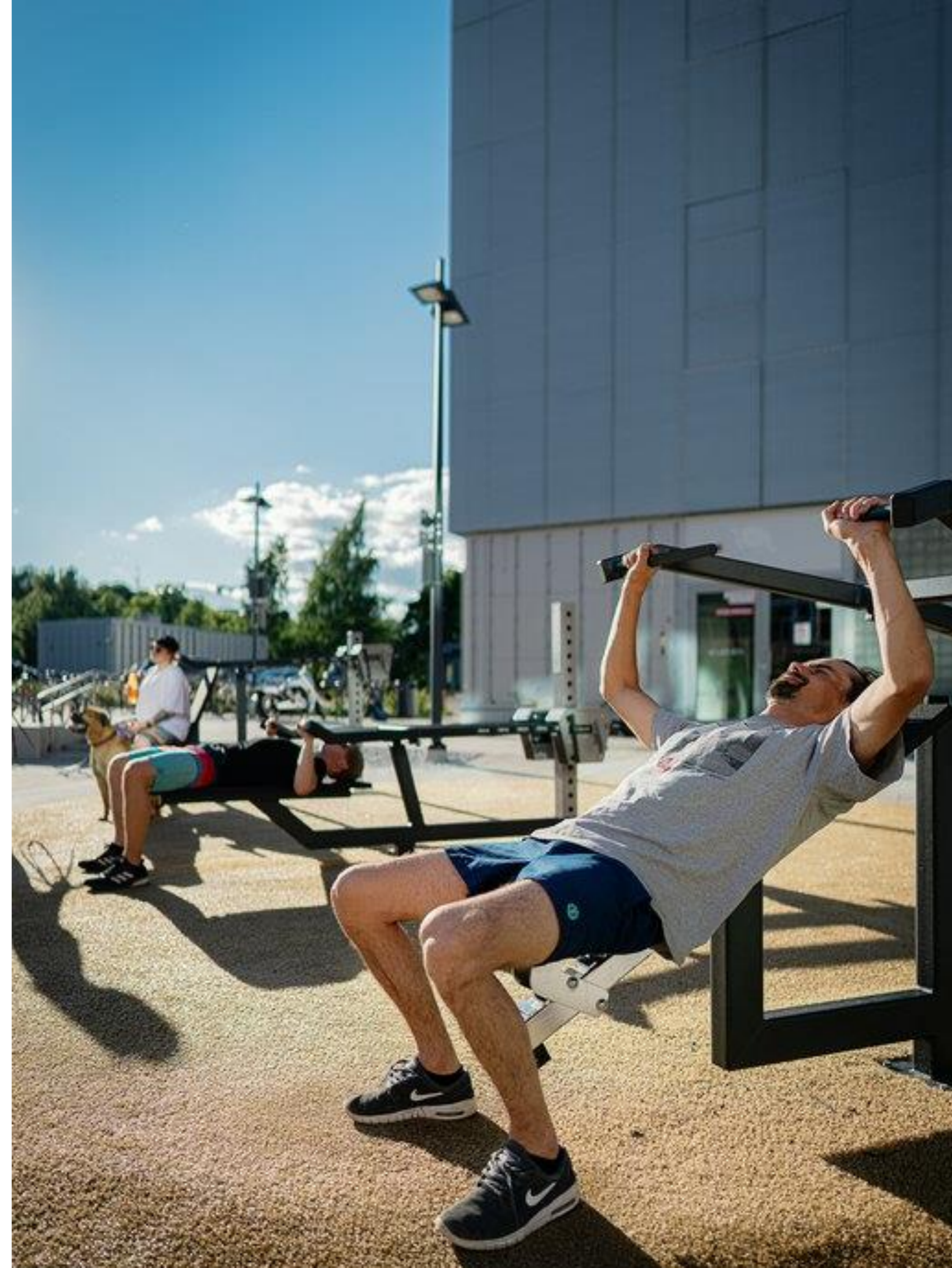


C A S E : R I G A

Kā Tu uzzināji par šo āra trenažieru laukumu?



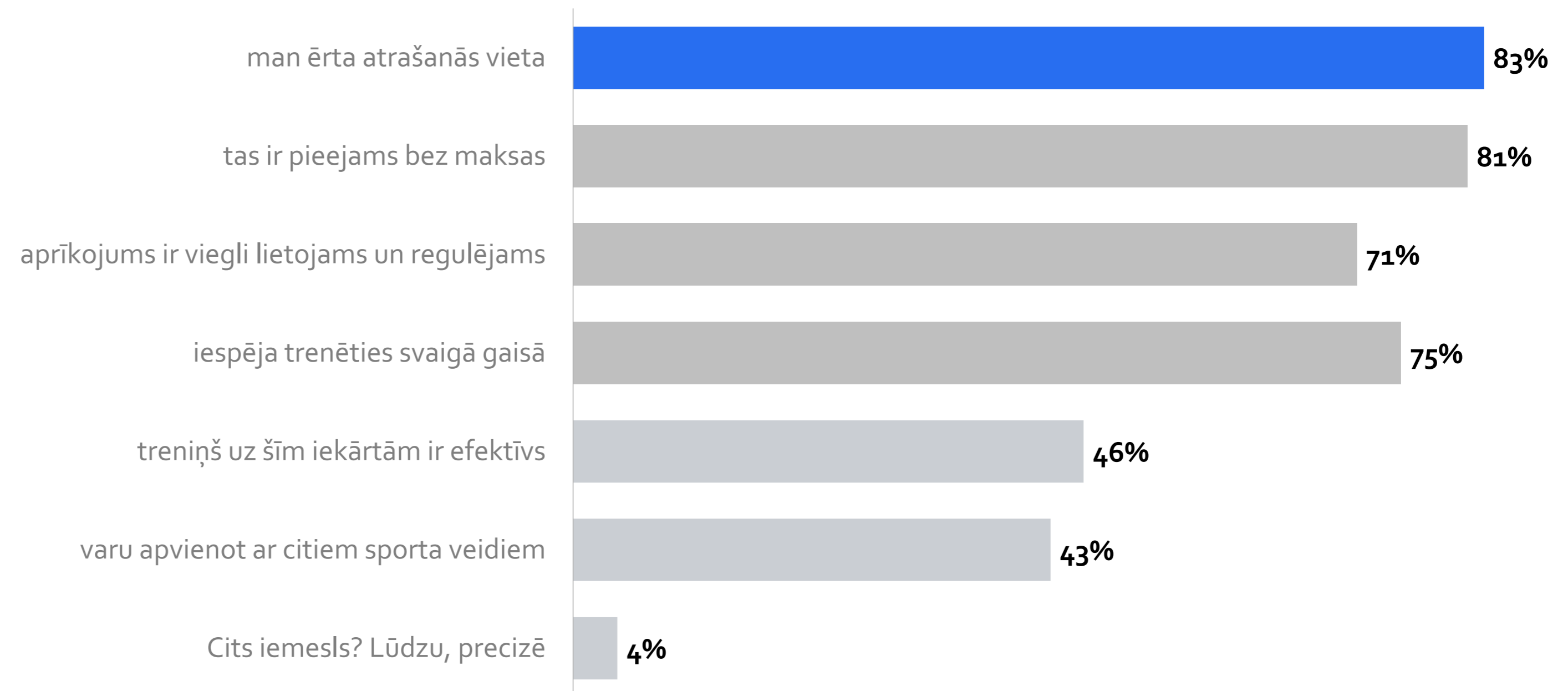
- No cita avota
- LTV1
 - Televīzija
 - My boxing trainer





R I G A

Kāpēc izvēlies šo āra treniņieru laukumu?



Cits iemesls? Lūdzu, precizē

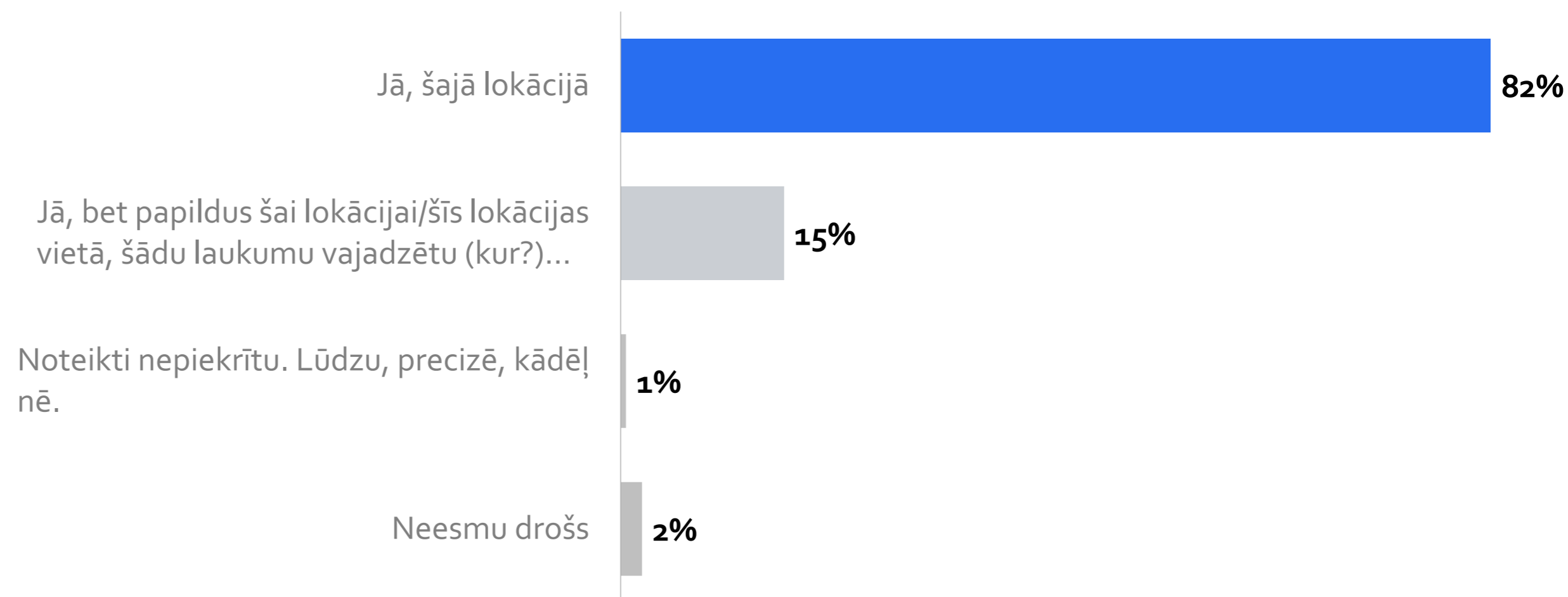
- Jo cita nav
- Var tikt trenēties JEBKURĀ DIENAKTS LAIKĀ.
- Komunikācija ar cilvēkiem
- Spēka treniņiem citas infrastruktūras nemaz nav, bet šis ir super.
- Atrodas tuvu manai sporta skolai, tāpēc noteikti tiks izmantots treniņos.
- Varu iesaistīt treniņā draugus

OMNIGYM



C A S E : R I G A

Es uzskatu, ka šis āra trenažieru laukums lieliski papildina pašvaldības piedāvājumu attiecībā uz brīvpieejas sporta infrastruktūru un tam šeit būtu jāpaliek





C A S E : R I G A

Jā, bet papildus šai lokācijai/šīs lokācijas vietā, šādu laukumu vajadzētu (kur?)...

- Iļģuciems
- Поставить возле детской площадки, заменив или добавив к к турникам/брусьям.
- Rīgas centrā, kādā no parkiem
- Visās Rīgas apkaimēs
- Visā Rīgā, visos rajonos. Zolitūde, Iļģuciems, Dzirciems utt.
- Nav jautājums, par to, kur vēl vajag, bet drīzāk, kā izlabot šo lokāciju. Loģiski domājot, trenāžierus izmantos vasarā, karstā laikā. Pašlaik (Anņiņmuižas bulvārī) tie atrodas pļavas vidū - saulē. Kad temperatūra būs augsta un spīdēs saule, trenāžieri uzkarīs un tos izmantos mazāk. Būtu labi, ja tos novietotu ēnainākās vietās.
- Visur!
- Āgenskalnā
- Šādus vajadzētu katrā dzīvojamā rajonā
- Skolas teritorijas
- Zolitūdē
- Upeslejas
- Visur kur var + briivos svarus
- Šampeterī
- Nordeķu parkā
- Zolitude
- Nordeķu parka
- Kleistu ielas rotaļu laukums pie Hapaka grāvja
- Visos Rīgas parkos un pie skolām.
- Var vairāk uz sānu no šī laukuma, jo tas ir pārāk tuvu rekbi laukumam
- Jebkura lokācija Imantā, kur ir mazāks cilvēku trafiks
- Purvciemā
- Noteikti tāpat ka bērnu laukumus uzlabo un uzstāda, tāpat arī šādus āra trenāžierus noteikti vajadzētu arī citās vietās, kur tas ir iespējams. Tas noteikti veicinātu jauniešu iesaistīšanos.
- Iļģuciems
- Visur pa Rīgu, lai cilvēkiem būtu pieejams nodarboties ar sportu
- Citos rajonos - Ziepniekkalnā, Centrā, Āgenskalnā
- Centrā
- Citos Rīgas mikrorajonos, lai cilvēkiem trenāžieru pieejamība ir lielāka.
- Jo vairāk parkos jo labāk

CASE: RIGA

Vai Tev ir kādi papildu komentāri par āra trenažieriem vai āra trenažieru laukumiem, kurus vēlies nodot Omnigym vai pašvaldībai?

- Ļoti patika!
- Imanta
- The ground is not flat and straight, meaning that the equipment is at an angle.
- "Brīnišķīga pop up ideja! Novēlu, lai izdodas Omnigym trenažieru laukumus ieviest uz palikšanu. Rīgas iedzīvotājiem, īpaši jauniešiem, kuriem vēl nav skaidra tā pareizā ceļa izvēle, ļoti noderīgi. Ar spēka treniņu palīdzību trenējam ne tikai ķermeni, bet arī prātu un garu. Uz izdošanos!"
- "1. Guļus spiešanas solu vajag nedaudz garāku, garākiem cilvēkiem nav vieta atbalstīt galvu. 2. Melnā krāsā esošie trenažieri vasarā sakarsīs, varbūt gaiša krāsa būtu piemērotāka. 3. Arī soli, melni, uzkarsīs saulē, arī materiāls, lai gan nodrošina labu saķeri un stabilitāti, karstajā laikā varētu būt nepatīkams saskarē ar ādu. 4. Noderētu pie laukuma dzeramā ūdens krāns, uzpildes vieta. 5. Vajadzētu velosipēdu novietošanas, pieslēgšanas vietu. 6. Ieteiktu padomāt par novērošanas kameru izvietošanu, lai novērstu vandālismu."
- "1. PIETUPIENI Stienim, pie kura pieturās cilvēks, ir jābūt ar mīkstinošu elementu, lai tas būtu ērtāks kakla daļai. 2. SPIEŠANA GUĻUS Nav piemērots

īsiem cilvēkiem - nevar ērti apgulties tā, lai kājas sasniegtu grīdu. Uz apgulšanās vietas jābūt mīkstinājumam. 3. TRICEPSI Kad pilda vingrinājumu, pašam ir jākustās (jāatkāpjas uz priekšu, atpakaļ), lai vispār varētu trenažieri izmantot. Pārtaisīt dizainu! Nav ērts. 4. BICEPSI Problēma ir tajā, ka trenažieris visu laiku ir vienā pozīcijā. Kustībai uz augšu ir jāiet no sāniem uz krūšu centru, nevis taisni līdz pleciem. Esošais variants neatbilst naturālai cilvēka kustībai. Roktura stiprinājums/ amortizators fiziski traucē. 5. VILKŠANA UZ AUGŠU Viss ok. 6. SPIEŠANA GUĻUS UZ SLĪPA SOLA Viss ok. 7. SPIEŠANA NO PLECIEM Viss ok. 8. VILKŠANA NO PRIEKŠAS Būtu labāk, ja tas būtu sēdošs, nevis stāvošs. Īsāks cilvēks nevar aizsniegties līdz tālākajiem rokturiem. Dēlis, kas notur krūškurvi, pārāk daudz saspiež plaušas vingrinājuma laikā, kas pagrūtina elpošanu. VISPĀRĪGI DAUDZIEM TRENAŽIERIEM BŪTU JĀPAAUGSTINA SVARS"

- Viennozīmīgi tas ir liels plus, bet vajagot norobežot laukumu.
- Ļoti iepriecinoši, ka kaut kas tik kvalitatīvs ir visiem pieejams! Paldies!!



C A S E : R I G A

Vai Tev ir kādi papildu komentāri par āra trenažieriem vai āra trenažieru laukumiem, kurus vēlies nodot Omnigym vai pašvaldībai?

- Noteikti vajag, ļoti labi trenažieri.
- Publiskajos sporta laukumos horizontālie stieņi un horizontālie stieņi ir jāapvieno ar OMNIGYM trenažieriem.
- Super iniciatīva, noteikti vajag, lai paliek arī ilgtermiņā. Vēlams vietā, kur ir apgaismojums un kameras, lai var izmantot arī rudenī un ziemā un, lai vandāļi nesalauž.
- Skolas teritorijas visas. butu daudz cilvēkiem pieejamāki. un aizsargāti no vandaliem
- Man ļoti, ļoti patīk šī atrašanās vieta Imantas plaviņā, tā ir ērti sasniedzama no dažādiem Imantas atrašanās punktiem. Vispār doma par āra trenažieriem ir brīnišķīga, tā palīdzēs cilvēkiem kļūt aktīvākiem, kaut vai prieka pēc pie tiem pienākot un izdarot pāris vingrojumus. Man patika Omnigym trenažieri, jo tiem varēja regulēt atsvarus, kas parasti nav sastopams āra trenažieriem.
- Paldies! Tas ir lieliski! Ceru, ka tiks pieskatīti un apkopti un kalpos ilgi.
- Būtu forši nodrošināt automātu ar dīzenfekcijas līdzekļi
- Ne
- Video novērošana, pievilksnās stieni dažādiem tvērieniem , kopumā labākais laukums kādā būts
- Tas būtu jauki, ja tie paliktu!
- Nav
- "Būtu forši pāris gabalus arī bērniem uzstādīt! Sirsnīgs PALDIES par lielisku ideju mūsu rajonā! 🤗🤗🤗🤗🤗🤗🤗🤗🤗"
- Labi trenažieri, cerams, ka arī funkcionēs ziemā.
- "Lieliska jaunievešana, sen bijām gaidījusi kaut ko līdzīgu, ļoti daudz mūsdienu cilvēku nespēj rīkoties ar savu prātīgi un Omnigym lieliska opcija, ka arī imanta/zolitude ir rajoni kur dzīvo ļoti daudz ģimenes, aktīvie jaunieši (esmu bijuša trenere) bet diemzel vik dzirdēju atsauksmes no vecākiem ļoti bieži ja jāliek prioritātes par bērna treniņiem un kaut kādam ikdienas nepieciešamiem patēriņiem, viņu izvēle krīt uz otro, ņemot vērā ļoti lielu inflācijas līmeni Latvijā pēdējo gadu laikā. Protams, ka visi rajoni ir svarīgi, vienkārši ka pāri sportoju imanta, arī biju pamanījusi daudz jauniešus un dzirdu tikai pozitīvas atsauksmes"
- Nāku gandrīz katru dienu - tiešām super, cilvēki novērtē. Liels paldies domei.
- Esmu ļoti priecīga, ka tādi trenažieri parādījās mūsu apkaimē. Ar dēlu esam ļoti gandarīti. Un cerams tādi arī paliks.



CASE: RIGA

Vai Tev ir kādi papildu komentāri par āra trenažieriem vai āra trenažieru laukumiem, kurus vēlies nodot Omnigym vai pašvaldībai?

- Super ideja!
- Must have in Imanta! 🙌
- Noteikti atbalstu šo projektu.
- Jo vairāk būs šādi bezmaksas āra trenažieri, jo labāk.
- Nav komentāru
- Ļoti laba ideja, kurai paredzu lielu popularitāti.
- Šim trenažieru laukumam Imantā obligāti jāpaliek! Tas ir labi apmeklēts, iedzīvotāji to ļoti novērtēs!
- Imantas trenažieriem obligāti ir jāpaliek, tas veicinās jauniešus uz fiziskām aktivitātēm. Protams arī neaizmirsīsim pat senioriem, kā arī man pašam šie trenažieri ļoti iet pie sirds! Kopā ir spēks, turēsim īkšķus! Lai Imantas kopienai ir kur trenēties
- Laukumam nepieciešama nojume laika apstākļu dēļ, jo spilgtā saule, lietus utt traucē komfortabli veikt treniņu.
- Хорошее решение чтоб ,мотивировать молодёш!
- nav
- "Zasulauks apkaimē 34. vsk skolas teritorijā Kandavas 4 Citas skolās piem. Vircavas 7."
- Būtu labi, lai tie būtu pieejami vairākos rajonos.
- "Kopumā patīkams pārsteigums, ieraugot šādus trenažierus savā mikrorajonā un vēl lielāks, ka tie vēl ir lietojamā stāvoklī un nav sabojāti. Iniciatīva ļoti laba un noteikti tādus vajadzētu arī citās vietās izvietot."
- Nojume
- gribētos Imantā vairāk redzēt āra trenažierus arī citos laukumos, lai nebrauktu uz Babīte, lai tur patrenētos uz āra trenažieriem!
- Lotiforsi.lai pastav muzam.!
- Varbut vajadzētu ierobezot ar sētu lai suņi vai citi dzīvnieki netiek klāt
- Vairāk šādu laukumu
- Ļoti gribas lai viņi atstāt te
- Vairāk sporta laukumu rajonos
- Liels paldies.
- Būtu izcili, ja trenažierus atstātu uz palikšanu.
- Cilvekiem tas ir nepieciešams, laba lieta
- "1) Некоторые из тренажеров недостаточно хорошо сбалансированы: в конечной фазе упражнения вес нагрузки ""тянется"" по инерции, а не за счет мускульной силы. 2) Рядом с таким комплексом, очень не хватает мусорной корзины."
- Var arī Kengaraga



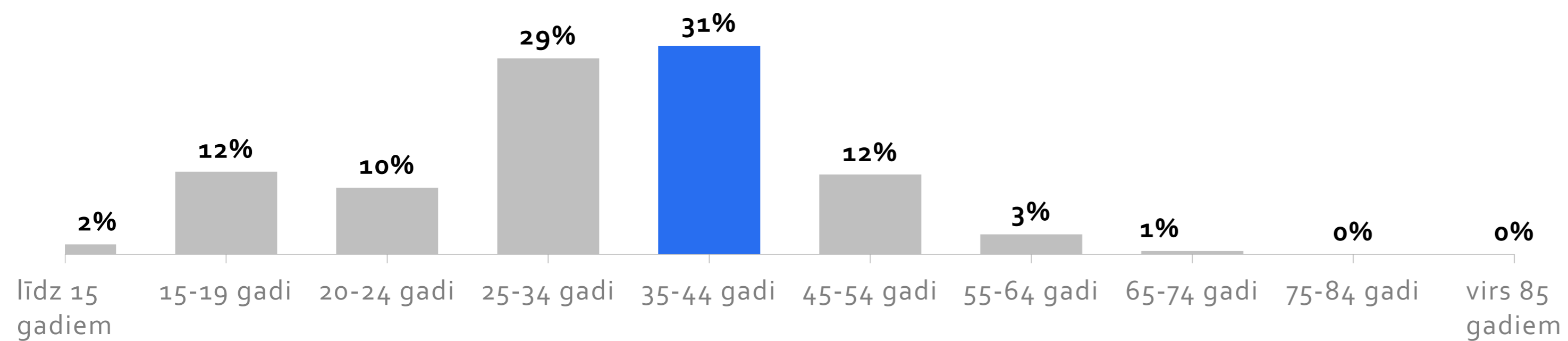
A woman with her hair tied back, wearing a white hoodie, is using an outdoor gym machine. She is smiling and looking towards the camera. The machine is yellow and black. The background is a clear blue sky. The text 'PAMATINFORMĀCIJA' is overlaid in a white box in the center of the image.

PAMATINFORMĀCIJA

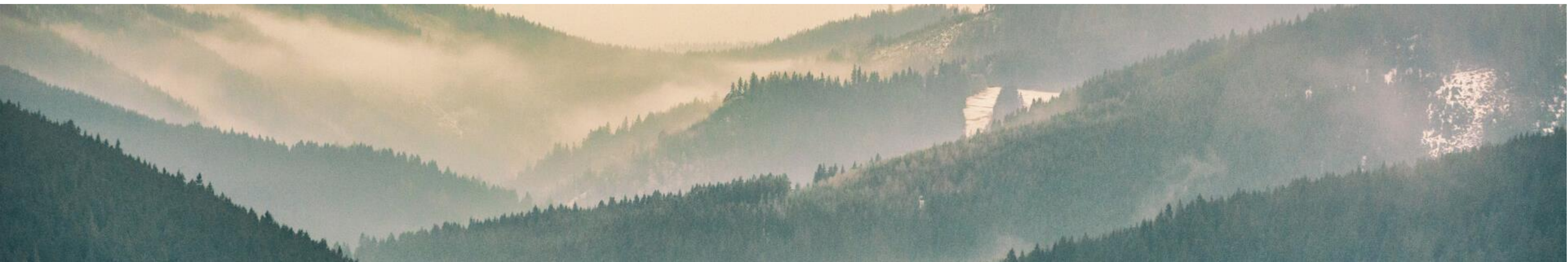
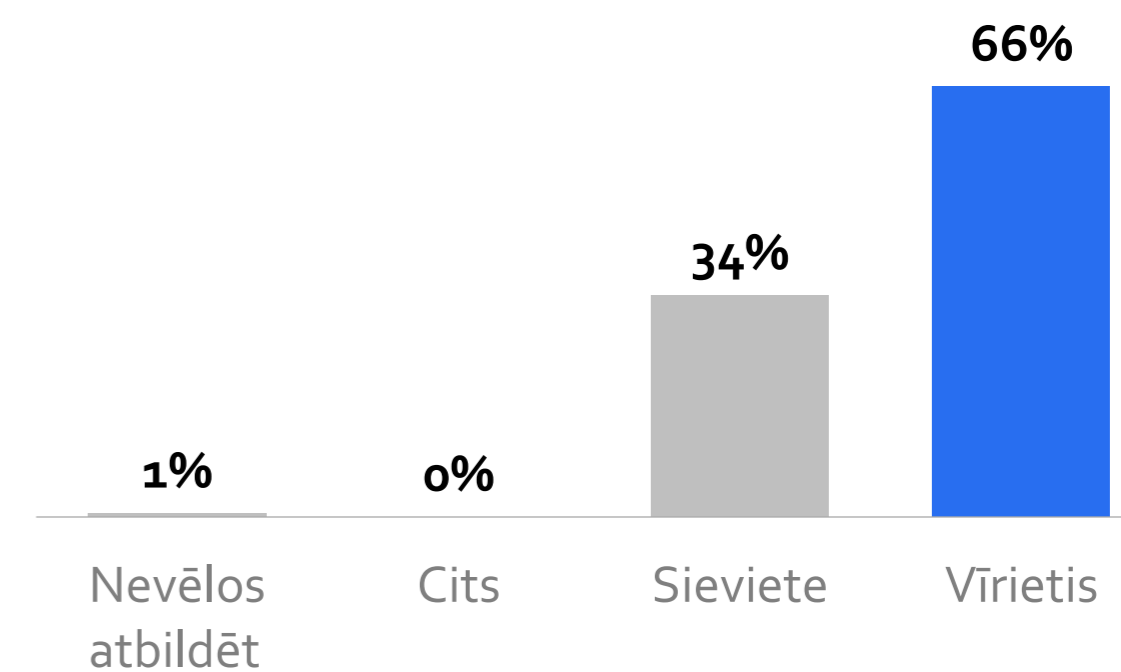
C A S E : R I G A

PAMATINFORMĀCIJA

Mana vecuma grupa ir



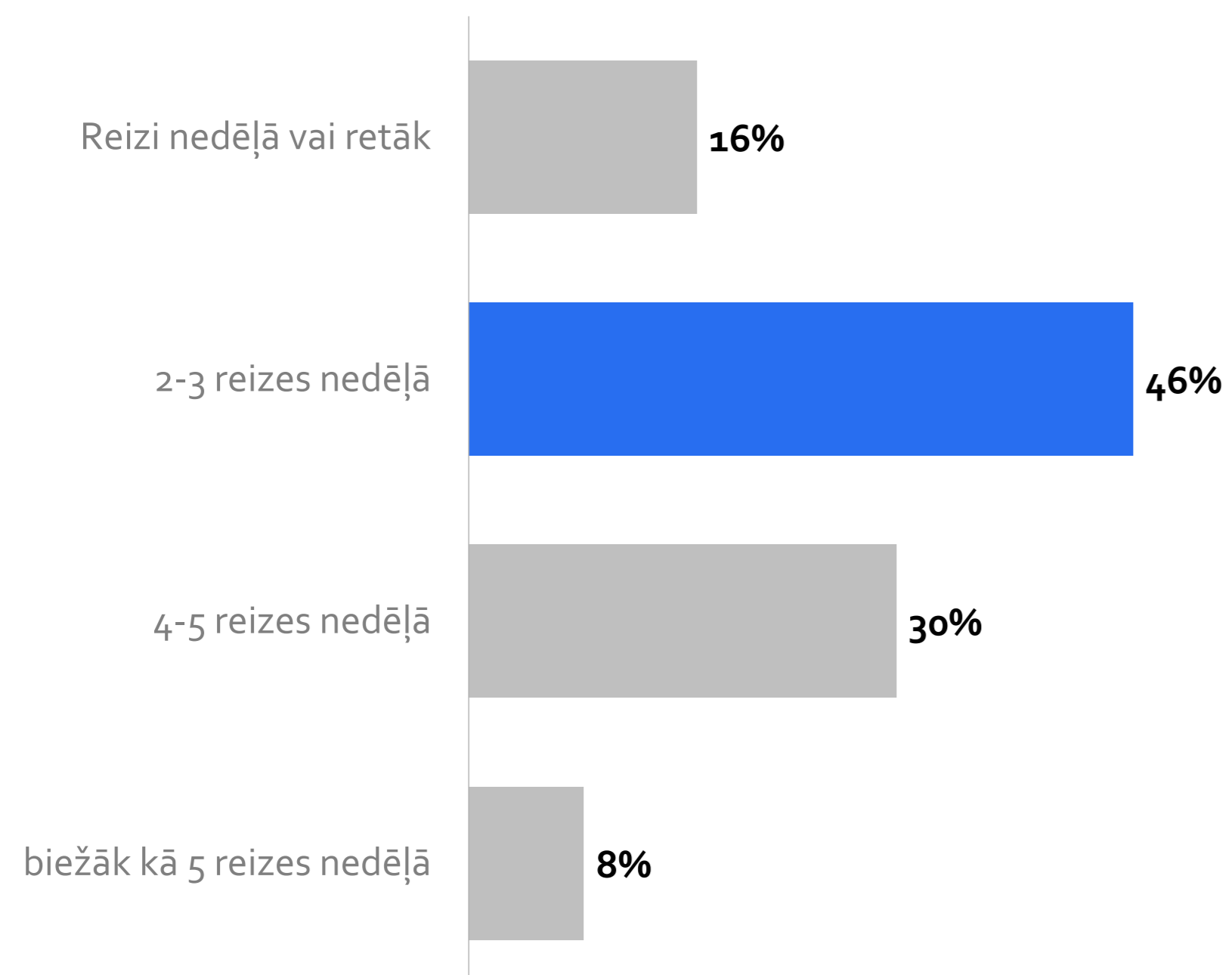
Es esmu



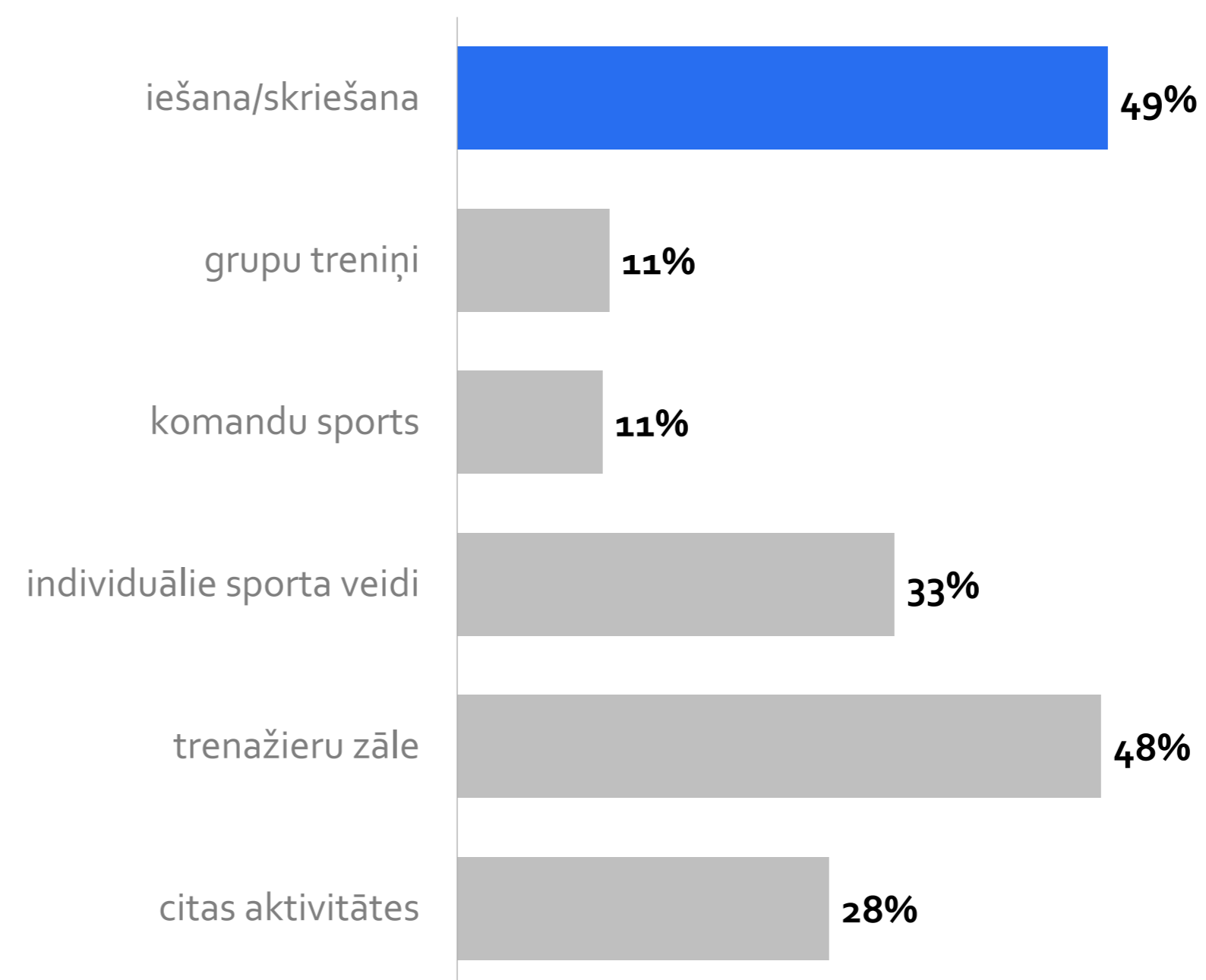
C A S E : R I G A

FIZISKĀ AKTIVITĀTE

Ar fiziskām aktivitātēm vidēji nodarbojos



Manas fiziskās aktivitātes ir

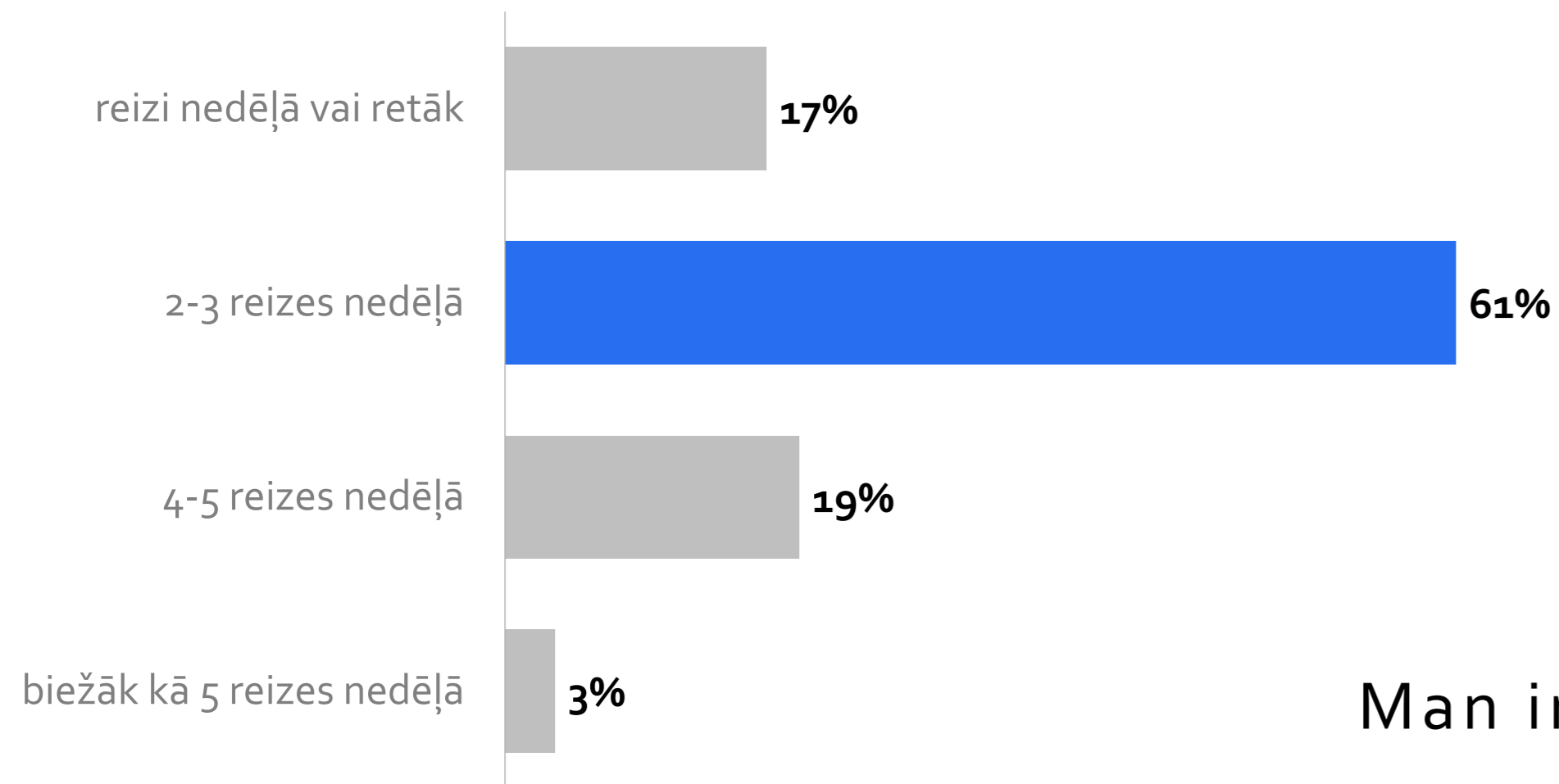


C A S E : R I G A

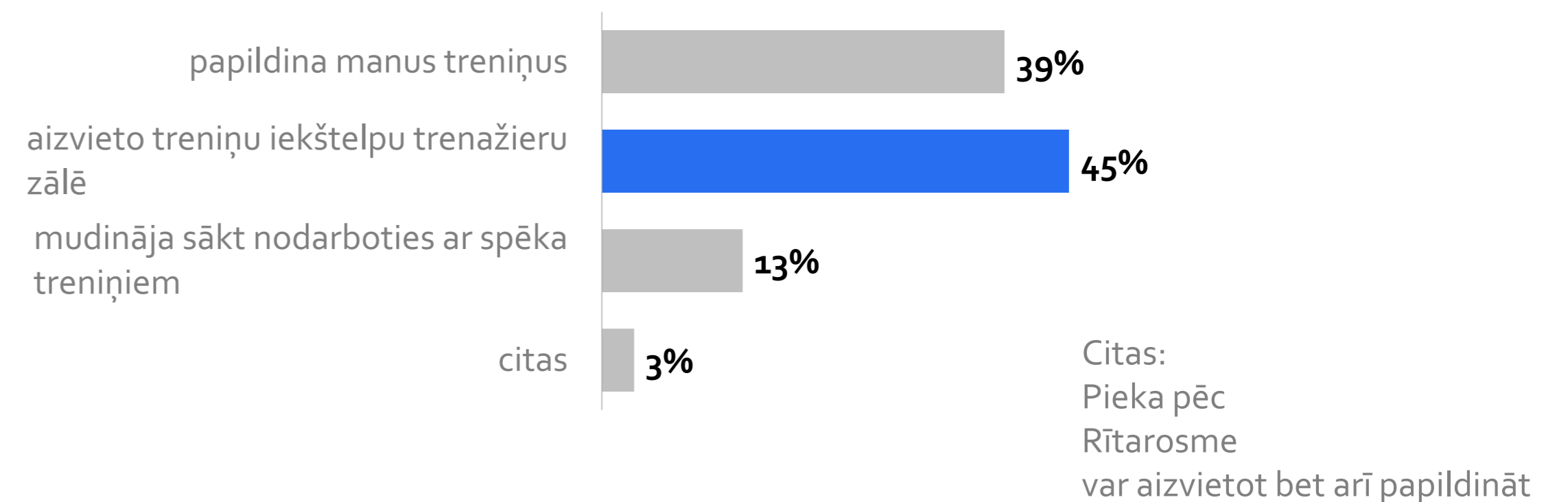
FIZISKĀ AKTIVITĀTE

97 respondenti, kuri trenējas trenažieru zālē, atbildēja:

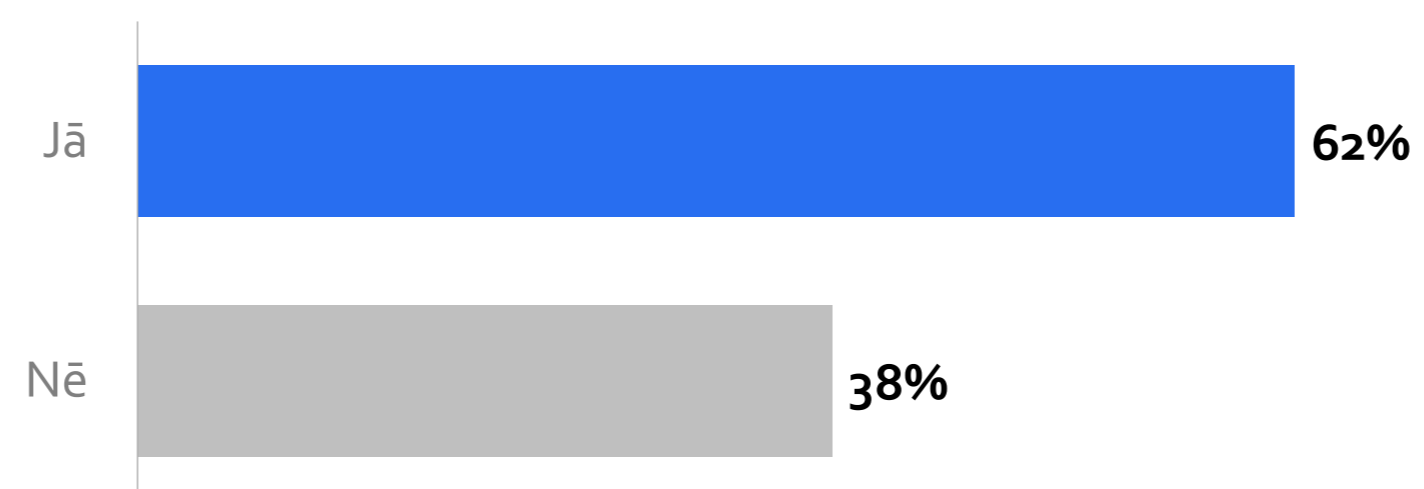
Trenažieru zālē trenējos vidēji



Treniņi ārā trenažieru laukumos



Man ir trenažieru zāles abonements



CASE: RIGA

AKTIVITĀTE SOCIĀLAJOS TĪKLOS

Dmitrijs Lagutins
June 2 · 🌐

Ребята тренажёры просто (щикарны) 🙌

Guys, the gym machines are just (cool) 🙌

Hide original · Rate this translation



You and 459 others


64 comments 25 shares

Love Share

Nat Sergeeva is at Annīmuīžas parks.
June 11 at 4:25 PM · Riga · 🌐

Голосуем, за то, чтобы уличные тренажёры оставили в иманте! Приходите, испытываете, щёлкайте QR код и голосуйте!
#fitness#fitnessmotivation#зож#фитнес

See Translation



23


2 comments

Vasily Solodov is with Василий Солодов.
May 27 · 🌐

Отличная идея. Площадки спортивные нужно делать именно такими - турники и брусья, лестницы плюс + вот такие тренажёры. Попробовал. Оценил. Ставлю лайк. Молодцы **Omnigym Latvia** 🇱🇻

This is a great idea. Sports grounds should be made exactly like this - turntables and grinds, stairs plus + such exercises. I gave it a shot. Rated. I give a like. Well done **Omnigym Latvia** 🇱🇻

Hide original · Rate this translation

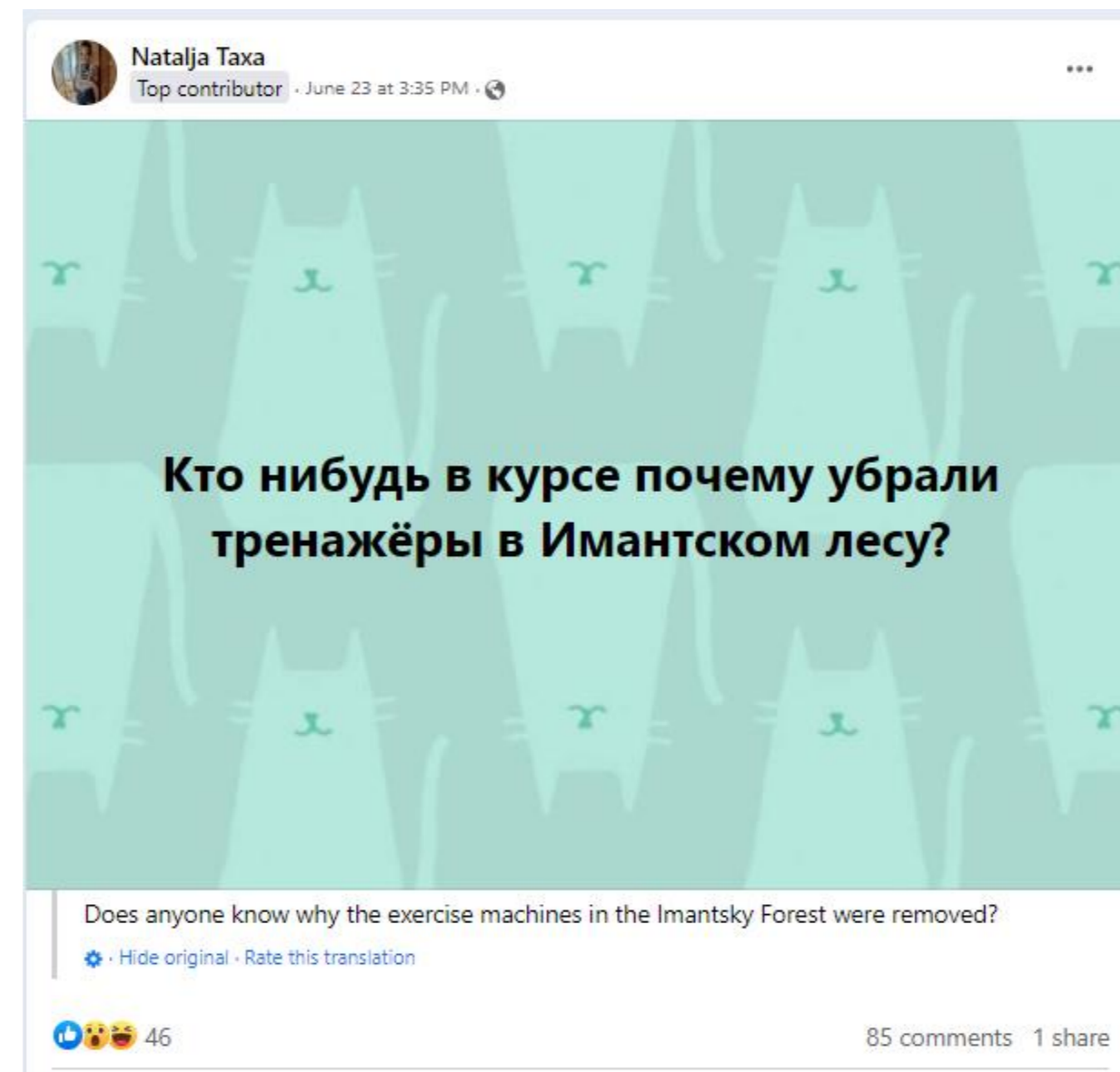
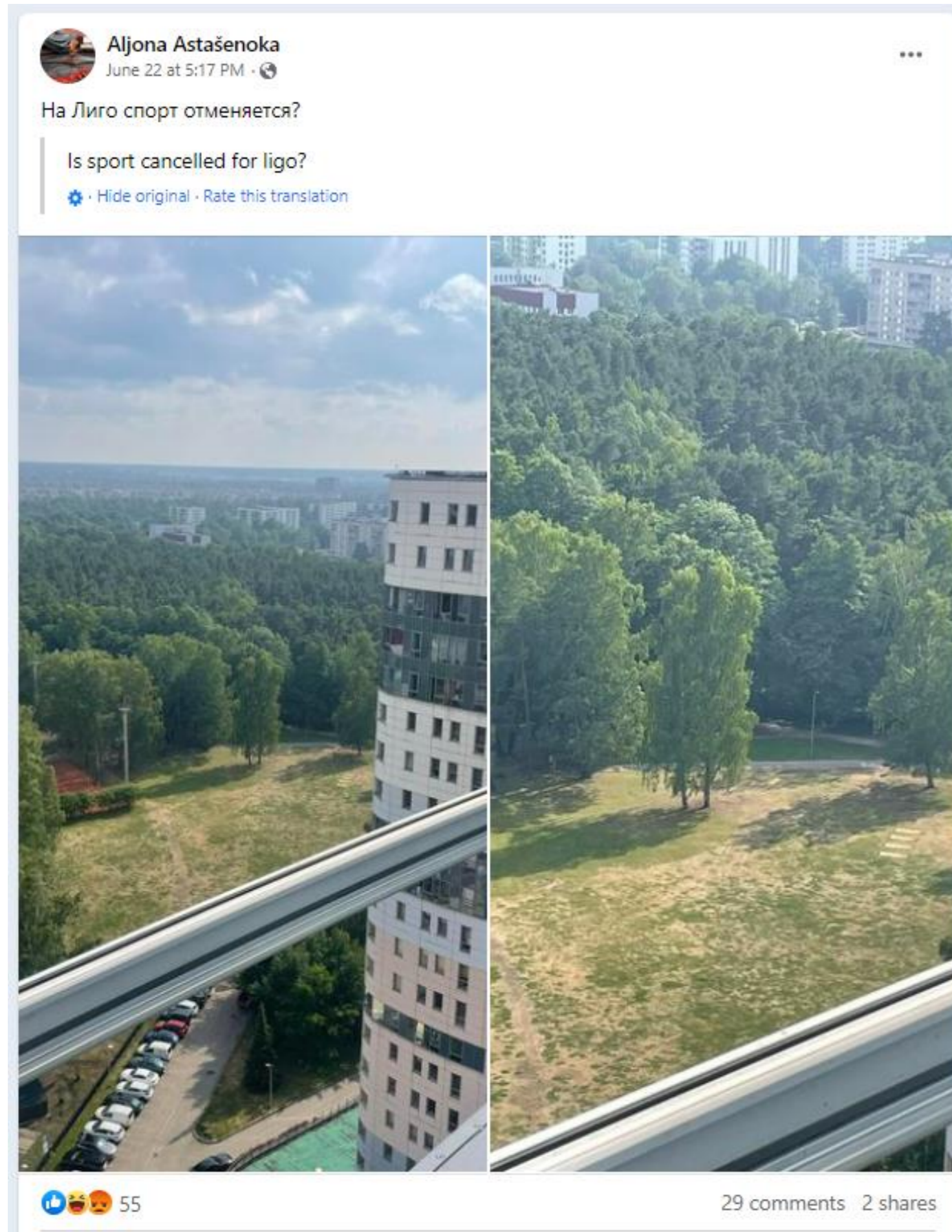


You and 32 others

OMNIGYM

CASE: RIGA

AKTIVITĀTE SOCIĀLAJOS TĪKLOS



Paldies!

OMNIGYM
OMNIGYM.COM