Papildināts veselības vingrošanas nodarbību saraksts

Veselības projekts Cēsu novada Amatas apvienības teritorijā 2022.gadā



Vingrošanas nodarbības oktobrī

Pirmdienās
17., 24., 31.10.
Amatas Kultūras centrā 17.30 - 18.30
Amatas apvienības pārvaldē "Ausmas" zālē 19.00 - 20.00

Otrdienās
4., 11., 18., 25.10.
Skujenes Tautas namā 15.00 - 17.00
Zaubes Kultūras namā 18.00 - 19.00
Ieriķos, Amatas pamatskolā 19.00 - 20.00

Trešdienās
5., 12., 19., 26.10.
Nītaures Kultūras namā 18.00 - 19.30

Bezmaksas dalība
Papildu informācija, zvanot pa tālruni 28681083
Informācija: www.amata.lv

NACIONĀLAIS ATTĪSTĪBAS PLĀNS 2020
EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais fonds
IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ
Projekts Nr.9.2.4.2/16/I/007

Papildināts veselības vingrošanas nodarbību saraksts ar nodarbībām Amatas apvienības pārvaldē "Ausmas", Ģikšos un Zaubē.

Turpmāk nodarbības notiks pirmdienās "Ausmās" un Ģikšos, otrdienās Skujenē, Ieriķos un Zaubē, savukārt trešdienās Nītaurē.

Skujenes Tautas namā 4.10., 11.10., 18.10. un 25.10. no plkst.15.00 līdz 17.00. Nodarbības vadīs Ruta Kazerovska.
Ieriķos, Amatas pamatskolā 4.10., 11.10., 18.10. un 25.10. no plkst.19.00 līdz 20.30. Nodarbības vadīs fizioterapeite Dace Lūkina.
Nītaures Kultūras namā 5.10., 12.10., 19.10. un 26.10 no plkst.18.00 līdz 19.30. Nodarbības vadīs fizioterapeite Dace Lūkina.
Ģikšos, Amatas Kultūras centrā 17.10., 24.10 un 31.10 no plkst.17.30 līdz 13.30. Nodarbības vadīs Sanita Griezīte
Amatas apvienības pārvaldē "Ausmas" zālē 17.10., 24.10 un 31.10 no plkst.19.00 līdz 20.00. Nodarbības vadīs Sanita Griezīte.
Zaubē, Zaubes Kultūras namā 18.10. un 25.10. no plkst.18.00 līdz 18.00.

Bezmaksas dalība. Aicinām pievienoties vingrotājus arī no kaimiņu pagastiem.

NACIONĀLAIS ATTĪSTĪBAS PLĀNS 2020
EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais fonds
IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Nodarbības tiek īstenotas ESF projekta nr. 9.2.4.2/16/I/007 ietvaros.