Veselības veicināšanas nodarbības janvārī un februārī



Aicinām apmeklēt veselības vingrošanas nodarbības janvārī un februārī: pirmdienās Amatas kultūras centrā Ģikšos, otrdienās Skujenē, Ieriķos un Zaubē, bet trešdienās Nītaurē un "Ausmās".

Informējam, ka šīs būs ziemas sezonas noslēdzošās nodarbības.

Nodarbību laiki:

Amatas Kultūras centrā Ģikšos 9., 23.janvārī un 6., 20., 27.februārī plkst.17.30-18.30. Nodarbību vada Sanita Griezīte.
Skujenes Tautas namā 10., 17., 24., 31.janvārī un 7.februārī plkst.15.00-17.00. Nodarbību pasniedz Ruta Kazerovska.
Zaubes Kultūras namā 10., 17., 31.janvārī un 7., 14.februārī plkst.18.00-19.00. Nodarbību vada Sanita Griezīte.
Ieriķos, Amatas pamatskolā 10., 17., 24., 31.janvārī un 7., 14.februārī plkst.19.00-20.30. Nodarbību pasniedz fizioterapeite Dace Lūkina.
Amatas apvienības ēka "Ausmas" 18., 25.janvārī un 1., 15., 22.februārī plkst.18.00-19.00. Nodarbību vada Sanita Griezīte.
Nītaures Kultūras namā 11., 18., 25.janvārī un 1., 8.februārī plkst.18.00-19.30.

Nodarbību pasniedz fizioterapeite Dace Lūkina.













Nodarbības notiks bez maksas. Aicinām pievienoties vingrotājus arī no kaimiņu pagastiem. *Nodarbības tiek īstenotas ESF projekta nr. 9.2.4.2/16/I/007 gaitā.

NACIONĀLAIS ATTĪSTĪBAS PLĀNS 2020 | EIROPAS SAVIENĪBA Eiropas Sociālais fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ