

Oktobrī atsāksies veselības vingrošanas
nodarbības

VESELĪBAS PROJEKTS CĒSU NOVADA AMATAS APVIENĪBAS TERITORIJĀ 2022



VINGROŠANAS NODARBĪBAS OKTOBRĪ

OTRDIENĀS
4., 11., 18., 25.10.

15:00 - 17:00 SKUJENĒ Tautas namā

19:00 - 20:30 IERIĶOS Amatas pamatskolā

TREŠDIENĀS
5., 12., 19., 26.10

18:30 - 20:00 NĪTAURĒ kultūras namā

Pasākums apmeklējams bez maksas. Papildus informācija: 28681083
Plašāks info www.amata.lv

Projekts nr.9.2.4.2/16/I/007

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Līdz ar rudens sezonas iestāšanos, oktobrī atsāksies klātienes veselības vingrošanas nodarbības. Nodarbības notiks otrdienās Skujenē un Ieriķos, savukārt trešdienās

Nītaurē.

Nodarbību laiki:

- **Skujenes Tautas namā** 4.10., 11.10., 18.10. un 25.10. no plkst.15.00 līdz 17.00. Nodarbības pasniegs Ruta Kazerovska.
- **Ieriķos, Amatas pamatskolā** 4.10., 11.10., 18.10. un 25.10. no plkst.19.00 līdz 20.30. Nodarbības pasniegs fizioterapeite Dace Lūkina.
- **Nītaures Kultūras namā** 5.10., 12.10., 19.10. un 26.10. no plkst.18.30 līdz 20.00. Nodarbības pasniegs fizioterapeite Dace Lūkina.

Novembra mēnesī plānots atsākt vingrošanas nodarbības arī Amatas pārvaldes ēkā "Ausmas" un Ģikšos, Amatas kultūras centrā.

Nodarbības notiks bez maksas. Aicinām pievienoties vingrotājus arī no kaimiņu pagastiem.

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