

Veselību veicinoši pasākumi oktobrī



BEZMAKSAS VESELĪBAS NODARBĪBAS CĒSU NOVADĀ



OKTOBRIS

Cēsis

Vingrošana un nūjošana

01.10., 06.10., 08.10., 13.10., 15.10.,
20.10., 22.10., 27.10., 29.10.
plkst. 18.00

Bērzaines pamatskolā
Bērzaines ielā 34, Cēsis
Informācija un pieteikšanās: 20051195

Vingrošana 6 līdz 18 mēnešus veciem bērniem kopā ar vecākiem

01.10., 08.10. plkst. 09.30
Cēsu Bērnu un jauniešu centrā
Bērzaines ielā 4, Cēsis
Informācija un pieteikšanās: 28861524

Atkarības mazināšanas pārgājieni "Dzīvo ar spar, ne ar ieradumu"

25.10. plkst. 10.00
Starts no Vienības laukuma Cēsis
Informācija un pieteikšanās: 27810992

Vecāku prasmju programma "Vesela mamma, laimīgs mazulis"

17.10., 31.10. plkst. 12.00
Cēsu Bērnu un jauniešu centrā
Bērzaines ielā 4, Cēsis
Informācija un pieteikšanās: 29353457

Fizisko aktivitāšu nodarbības skolēniem "Esi aktīvs brīvlaikā!"

20.10., 21.10., 24.10. plkst. 10.30
CVG stadionā Ģimnāzijas ielā 1 (lietus
gadījumā - Sporta kompleksā Piebalgas
ielā 18)
Informācija un pieteikšanās: 27810992

Amatas apvienībā

Baudi dzīvi veselīgi! Uzturs sirds veselībai

■ 07.10. plkst. 12.00
Zaubes Kultūras namā
■ 07.10. plkst. 15.00
Nītaures Kultūras namā
■ 07.10. plkst. 18.00
Skujenes Tautas namā
Informācija un pieteikšanās: 26686226

Vingrošana un nūjošana

■ 13.10. plkst. 18.00
Amatas kultūras centrā Ģikšos
■ 14.10. plkst. 18.00
Drabešu muižā
■ 15.10. plkst. 18.00
Nītaures Kultūras namā
■ 22.10. plkst. 18.00
Zaubes pamatskolā
■ 27.10. plkst. 18.00
Skujenes estrādē
Informācija un pieteikšanās: 28378434

Līgatnes apvienībā

Vingrošana un nūjošana

06.10., 13.10., 20.10., 27.10.
plkst. 19.40
Sporta centrā Upes ielā 3, Augšlīgatnē
Informācija un pieteikšanās: 20051195

Fizisko aktivitāšu nodarbības skolēniem "Esi aktīvs brīvlaikā!"

20.10., 23.10., 24.10. plkst. 16.30
Sporta centrā Upes ielā 3, Augšlīgatnē
Informācija un pieteikšanās: 27810992

Pārgaujas apvienībā

Vingrošana un nūjošana

01.10., 08.10., 15.10., 22.10., 29.10.
plkst. 19.40
Braslas ielā 3, Straupē
Informācija un pieteikšanās: 20051195

Fizisko aktivitāšu nodarbības skolēniem "Esi aktīvs brīvlaikā!"

■ 20.10., 24.10. plkst. 13.30
Braslas ielā 3, Straupē
■ 22.10. plkst. 11.00
Stalbes skolā, Iktēs
Informācija un pieteikšanās: 27810992

Priekuļu apvienībā

Vingrošanas nodarbības baseinā

■ 03.10., 10.10., 17.10., 24.10., 31.10.
plkst. 18.00
■ 10.10. plkst. 10.00
Peldbaseinā "Rīfs", Priekuļos
Obligāta pieteikšanās: 26498630

Vingrošana un nūjošana

■ 07.10. plkst. 18.00
Pie Priekuļu saules pulksteņa
■ 08.10. plkst. 18.00
Pie Liepas saules pulksteņa
■ 20.10. plkst. 18.00
Veselavas centra laukumā
■ 21.10. plkst. 18.00
Mārsnēnu tautas namā
Informācija un pieteikšanās: 28378434

Vecpiebalgas apvienībā

Vingrošanas nodarbības

■ 06.10., 13.10., 20.10., 27.10.
plkst. 17.30
■ 01.10., 08.10., 15.10., 22.10., 29.10.
plkst. 18.00
Nēķena muižā Taurenē
Informācija un pieteikšanās: 28861524

Fizisko aktivitāšu nodarbības skolēniem "Esi aktīvs brīvlaikā!"

21.10. plkst. 14.00, 22.10. plkst. 15.00
23.10. plkst. 13.00
Vecpiebalgas vidusskolā Gaismas ielā 2
Informācija un pieteikšanās: 27810992



Rūpējies par sevi – piedalies bezmaksas veselības nodarbībās!

Oktobrī visā Cēsu novadā notiek dažādas bezmaksas aktivitātes – vingrošana, nūjošana, pārgājieni un nodarbības bērniem un vecākiem.

Izvēlies sev tuvāko vietu un laiku – piedalies, kusties un iedvesmo arī citus!