

# Veselību veicinoši bezmaksas pasākumi maijā

MAIJS

## BEZMAKSAS VESELĪBAS NODARBĪBAS CĒSU NOVADĀ



### Cēsis

**Vingrošana un nūjošana**  
06.05., 11.05., 13.05., 18.05., 20.05.,  
25.05., 27.05. plkst. 18.00  
Bērzaies pamatskola  
Informācija un pieteikšanās: 20051195

**Lekcija un uztura meistarklase  
"Baudi dzīvi veselīgi"**  
25.05. plkst. 11.00  
Cēsu Centrālajā bibliotēkā  
Informācija: 25768676

**Vingrošana pensionātā**  
12.05. plkst. 10.30  
Kovārņu ielā 20, Cēsis  
Informācija un pieteikšanās: 28861524



### Amatas apvienībā

**Vingrošana un nūjošana**  
■ 12.05. plkst. 18.30  
Amatas Kultūras centrā Ģikšos  
■ 13.05. plkst. 18.00  
Zaubes pamatskola  
■ 19.05. plkst. 18.00  
Nītaures Kultūras namā  
■ 20.05. plkst. 18.00  
Ieriķu stacijā  
■ 21.05. plkst. 18.00  
Skujenes Tautas namā  
■ 27.05. plkst. 18.30  
Amatas Kultūras centrā Ģikšos  
Informācija un pieteikšanās: 28767266

**Lekcija un uztura meistarklase  
"Baudi dzīvi veselīgi"**  
■ 25.05. plkst. 14.00  
Amatas Kultūras centrā Ģikšos  
■ 25.05. plkst. 17.00  
Ieriķu stacijā

### Jaunpiebalgas apvienībā

**Pārgājiens ģimenēm un  
jauniešiem "Kopā mēs varam"**  
16.05. plkst. 10.00-16.00  
Jaunpiebalgas Kultūras namā  
Informācija: 203634-82

### Līgatnes apvienībā

**Vingrošana un nūjošana**  
11.05., 18.05., 25.05. plkst. 19.40  
Sporta centrā Ūpes ielā 3, Augšlīgatnē  
Informācija un pieteikšanās: 20051195

### Pārgaujas apvienībā

**Vingrošana un nūjošana**  
06.05., 13.05., 20.05., 27.05.  
plkst. 19.40  
Braslas ielā 3, Straupē  
Informācija un pieteikšanās: 20051195

### Priekuļu apvienībā

**Vingrošanas nodarbības  
baseinā**  
■ 08.05. plkst. 10.00  
■ 08.05., 15.05., 22.05.,  
29.05. plkst. 18.00  
Peldbaseinā "Rifs", Priekuļos  
Obligāta pieteikšanās: 26498630

**Vingrošana un nūjošana**  
■ 14.05. plkst. 18.00  
Mārsnēnu Tautas namā  
■ 18.05. plkst. 18.00  
"Vālodzēs", Bērzkrogā  
■ 25.05. plkst. 18.00  
Mārsnēnu Tautas namā  
■ 26.05. plkst. 18.00  
Liepas Kultūras namā  
■ 28.05. plkst. 18.00  
Priekuļos pie Saules pulksteņa  
Informācija un pieteikšanās: 28767266



Bezmaksas **vingrošanas nodarbības peldbaseinā "Rifs"**, Priekuļos - 08.05., 15.05., 22.05. un 29.05. plkst. 18.00, kā arī 08.05. plkst. 10.00. Obligāta pieteikšanās, zvanot uz tālruni 26498630.

Bezmaksas **vingrošanas un nūjošanas nodarbības** -

- 14.05. plkst. 18.00 Mārsnēnu Tautas namā.
- 18.05. plkst. 18.00 "Vālodzēs", Bērzkrogā.
- 25.05. plkst. 18.00 Mārsnēnu Tautas namā.
- 26.05. plkst. 18.00 Liepas Kultūras namā.
- 28.05. plkst. 18.00 Priekuļos pie Saules pulksteņa.

Informācija un pieteikšanās: 28767266.