



**Aizkraukles novada pasākumu grafiks 2022.gada septembrim
veselības veicināšanas un slimību profilakses jomā**

Nr.p k.	Datumi	Norises laiks	Īstenošanas vieta (adrese)	Nosaukums	Piezīmes
1	05.09.2022. 12.09.2022. 19.09.2022.	17.30 - 18.30	Ārā Vecbebru stadionā (sliktu laikapstākļu gadījumā Bebru pamatskolā), Vecbeбри, Bebru pagasts	Nodarbība "Zumba"	Iepriekšēja pieteikšanās pa e-pastu: kristinerubene@inbox.lv (nodarbību vadītāja Kristīne Rubene). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
2	05.09.2022. 12.09.2022. 19.09.2022.	19.00 - 20.00	Ārā Iršu magazīnas laukumā (sliktu laikapstākļu gadījumā Iršu sporta hallē), Irši, Iršu pagasts	Nodarbība "Zumba"	Iepriekšēja pieteikšanās pa e-pastu: kristinerubene@inbox.lv (nodarbību vadītāja Kristīne Rubene). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
3	07.09.2022. 14.09.2022. 21.09.2022.	18.00 - 19.00	Ārā Kokneses stadionā (sliktu laikapstākļu gadījumā Ilmāra Gaiša Kokneses vidusskolā), Parka iela 27, Koknese	Nodarbība "Zumba"	Iepriekšēja pieteikšanās pa e-pastu: kristinerubene@inbox.lv (nodarbību vadītāja Kristīne Rubene). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
4	06.09.2022. 13.09.2022. 20.09.2022.	18.00 - 19.00	Ārā Kokneses stadionā (sliktu laikapstākļu gadījumā Ilmāra Gaiša Kokneses vidusskolā), Parka iela 27, Koknese	Nodarbība "Vingrošana"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051 (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
5	07.09.2022. 14.09.2022. 21.09.2022.	17.30 - 18.30	Ārā Vecbebru stadionā (sliktu laikapstākļu gadījumā Bebru pamatskolā), Vecbeбри, Bebru pagasts	Nodarbība "Vingrošana"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051 (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.

6	07.09.2022. 14.09.2022. 21.09.2022.	19.00 - 20.00	Ārā Iršu magazīnas laukumā (sliktu laikapstākļu gadījumā Iršu sporta hallē), Irši, Iršu pagasts	Nodarbība "Vingrošana"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051 (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
7	27.09.2022.	18.00 - 19.00	Ilmāra Gaiša Kokneses vidusskolā, Parka iela 27, Koknese	Nodarbība "Pilates"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051 (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
8	28.09.2022.	17.30 - 18.30	Bebru pamatskolā, Vecbebri, Bebru pagasts	Nodarbība "Pilates"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051 (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
9	28.09.2022.	19.00 - 20.00	Iršu sporta hallē, Irši, Iršu pagasts	Nodarbība "Pilates"	Iepriekšēja pieteikšanās pa tālr:26492051 (nodarbību vadītāja Kristīne Lukša). Projekta Nr.9.2.4.2./16/I/019 "Koknese-veselīgākā vide visiem!" ietvaros.
10	02.09.2022. 07.09.2022. 12.09.2022. 16.09.2022. 21.09.2022.	18.15-19.45	Aizkraukles stadions, Draudzības krastmala 6	Nūjošana	Aktivitāte norisinās pasākuma "Āra vingrošanas nodarbības" ietvaros. Zigrīda Sprukte +371 29502773
11	05.09.2022. 09.09.2022. 14.09.2022. 19.09.2022. 23.09.2022.	18.15-19.45	Aizkraukles stadions, Draudzības krastmala 6	Āra vingrošana	Aktivitāte norisinās pasākuma "Āra vingrošanas nodarbības" ietvaros. Zigrīda Sprukte +371 29502773
12	06.09.2022. 13.09.2022. 20.09.2022.	7.00-8.30	Aizkraukles stadions, Draudzības krastmala 6	Rīta vingrošana	Aktivitāte norisinās pasākuma "Āra vingrošanas nodarbības" ietvaros. Zigrīda Sprukte +371 29502773
13	06.09.2022. 13.09.2022. 20.09.2022. 27.09.2022.	16.00-17.00	Aizkraukles sporta halle, Lāčplēša iela 21A	Tenisa nodarbības	1. grupa (6-15 gadi), Pieteikšanās nodarbībām:+371 27540820, Zemgus

14	06.09.2022. 13.09.2022. 20.09.2022. 27.09.2022.	17.00-18.00	Aizkraukles sporta halle, Lāčplēša iela 21A	Tenisa nodarbības	2. grupa (6-15 gadi) Pieteikšanās nodarbībām:+371 27540820, Zemgus
15	06.09.2022. 13.09.2022. 20.09.2022. 27.09.2022.	18.00-19.00	Aizkraukles sporta halle, Lāčplēša iela 21A	Tenisa nodarbības	1. grupa (no 16 gadiem) Pieteikšanās nodarbībām:+371 27540820, Zemgus
16	06.09.2022. 13.09.2022. 20.09.2022. 27.09.2022.	19.00-20.00	Aizkraukles sporta halle, Lāčplēša iela 21A	Tenisa nodarbības	2. grupa (no 16 gadiem) Pieteikšanās nodarbībām:+371 27540820, Zemgus
17	06.09.2022	18:00-21:00	Attālināti zoom platforma	Izglītojošas nodarbības bērnu emocionālajam atbalstam ģimenē	Izglītojošas nodarbības bērnu emocionālajam atbalstam ģimenē "Ceļvedis audzinot pusaudzi jeb CAP". Nodarbības attālināti "zoom" platformā, slēgta grupa ar iepriekšēju pieteikšanos. Projekta nr.9.2.4.2./16/I/082 "Pasākumi Skrīveru sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei" ietvaros.
18	19.09.2022. 26.09.2022.	17.00 - 18.00	Seces pamatskola, sporta zāle, Seces pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošanas nodarbības pieaugušajiem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros
19	09.09.2022. 16.09.2022. 23.09.2022. 30.09.2022.	1.grupa: 13.30-14.10 2.grupa: 14.20-15.00	Seces pamatskola, sporta zāle, Seces pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošanas nodarbības skolēniem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
20	08.09.2022. 15.09.2022. 22.09.2022. 29.09.2022.	1.grupa:10.30 -11.00 2.grupa:11.00 - 11.30	Seces PII "Vasariņa", Seces pagasts	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Pasākumi slēgta tipa - bērniem. Projekta Nr.9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.

21	20.09.2022. 27.09.2022.	18.00-19.00	Jauniešu iniciatīvu centrs, Lauku iela 6, Jaunjelgava	Vispārējo veselību veicinošas stājas uzlabošanas vingrošanas nodarbības	Vingrošana jauniešiem. Projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/022 "Vietējās sabiedrības veselības veicināšana un slimību profilakses pasākumi Jaunjelgavā un tās apkaimē" ietvaros.
22	05.09.2022. 08.09.2022. 12.09.2022. 15.09.2022. 19.09.2022. 22.09.2022. 26.09.2022. 29.09.2022.	19.00-20.00	Daugavas iela 50, Pļaviņas	Vingrošana	Pasākums visiem iedzīvotājiem. Pasākums notiek pirmdienās un ceturtdienās fizioterapeites Janīnas Grinsones -Veldes pavadībā projekta Nr.9.2.4.2/16/I/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros". Ceturtdienās nodarbības no pl.19.10- 20.10. Pieteikšanas nodarbībām pa tel.27870290.
23	09.09.2022. 16.09.2022. 23.09.2022. 30.09.2022.	10.00-12.00	PII "Jumītis", 1. maija iela 4, Kriškalni, Aiviekstes pagasts, Aizkraukles novads	Fizisko aktivitāšu darbnīca bērniem	Slēgts pasākums bērniem vecumā no 5-6 gadiem. Pasākums notiek katru piektdienu fizioterapeites Janīnas Grinsones -Veldes pavadībā projekta Nr.9.2.4.2/16/I/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros"
24	06.09.2022. 13.09.2022. 20.09.2022. 27.09.2022.	19.00-20.00	Brīvdabas estrādē, Draudzības parkā, Pļaviņās (<i>sliktos laikapstākļos Pļaviņu kultūras centrā, Daugavas ielā 49</i>)	Cigun	Pasākums visiem iedzīvotājiem. Pasākums notiek katru otrdienu cigun instruktore Kristīnes Rulles pavadībā projekta Nr.9.2.4.2/16/I/091 "Veselīga dzīvesveida veicināšanas pasākumi Pļaviņās un tās apkaimē" ietvaros". Pieteikšanas nodarbībām pa tel.29441564.

Iespējamās pasākumu izmaiņas, tāpēc aktuālajai informācijai aicinām sekot līdzi mājaslapā www.aizkraukle.lv. Aicinām rūpēties par savu veselību un apmeklēt nodarbības! Visi pasākumi iedzīvotājiem ir bez maksas!

Informāciju sagatavoja: Attīstības nodaļa