



Gulbenes novads

Pirmā nodarbība jau 1.februārī Beļavas pagastā

Publicēts: 27.01.2023.

[Projekti](#)

[Sabiedrības aktivitātes](#)

[Vingrošana](#)



☞ Gulbenes novada pašvaldība laika posmā no 2023. gada februāra līdz maijam piedāvā bez maksas apmeklēt vingrošanas nodarbības sertificētas fizioterapeites Annijas Kaufmanes vadībā.

Nodarbību laikā būs iespēja apgūt vingrinājumus, kas saudzīgā veidā nostiprina ķermeņa muskulatūru, mazina spriedzi un trauksmi, uzlabo garastāvokli.

Neskaidrību vai jautājumu gadījumā sazinieties ar nodarbību vadītāju Anniju Kaufmani rakstot vai zvanot (tālr. [+371 26632473](tel:+37126632473)).

Projekts „Veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi Gulbenes novadā” (Nr. 9.2.4.2./16/1/004) norisinās darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība” 9.2.4. specifiskā atbalsta mērķa “Uzlabot pieejamību veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumiem, jo īpaši nabadzības un sociālās atstumtības riskam pakļautajiem iedzīvotājiem” 9.2.4.2. pasākuma “Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei” ietvaros. Projekts tiek finansēts no Eiropas Sociālā fonda un valsts budžeta līdzekļiem.

PIRMDIENĀS

RANKAS SPORTA ZĀLE
STĀMERIENAS TAUTAS NAMS

13.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00
27.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00

OTRDIENĀS

LEJASCIEMA KULTŪRAS NAMS

7.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00
21.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00

LITENES TAUTAS NAMS
LIZUMA SPORTA ZĀLE

14.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00
28.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00

TREŠDIENĀS

BEĻAVAS TAUTAS NAMS

1.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00

STĀĶU SPORTA NAMS

8.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00
22.FEBRUĀRIS PLKST. 18:00

IESPĒJU ROBEŽĀS ŅEMT LĪDZI SAVU
VINGROŠANAS PAKĻĀJIŅU

VINGROŠANAS NODARBĪBAS
KOPĀ AR SERTIFICĒTU
FIZIOTERAPEITI ANNIJU KAUFMANI

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
funds

IESGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ