

# Marta ziņu lapa (2019)

## Bezmaksas nūjošanas/slēpošanas nodarbības

**02.03., 09.03., 16.03., 23.03., 30.03.** plkst. 10.00  
**06.03., 13.03., 20.03., 27.03.** plkst. 16.00

Dobeles stadionā, Tērvetes ielā 1, Dobelē

Nodarbības vada nūjošanas speciāliste Danute Balčūna.  
Interesentiem dalību nodarbībās nepieciešams pieteikt, zvanot  
pa tālruni 26712619 (Danute Balčūna)

## Bezmaksas zumbas nodarbības

**05.03., 07.03., 12.03., 14.03.**  
plkst. 19.00

Bērzes pagasta pārvaldes ēkā,  
Upes ielā 1, Šķibē, Bērzes pagastā

**17.03., 20.03., 24.03., 27.03., 31.03.** plkst. 19.00  
Zebrenes pagasta pārvaldes ēkā, "Upītes", Zebrenes pagasts

**04.03., 11.03., 18.03., 25.03.** plkst. 19.30  
Dobeles Amatniecības un vispārizglītojošajā vidusskolā,  
Brīvības ielā 28B, Dobelē

Nodarbības vada sertificēta speciāliste Evija Rubīna

## Bezmaksas vingrošanas grupu nodarbības

**04.03., 06.03., 11.03., 13.03., 18.03.** plkst. 17.30

**04.03., 11.03.** plkst. 15.30

**07.03., 14.03.** plkst. 16.00

(grupas nokomplektētas)  
Zaļā iela 105, Dobele

Nodarbības vada vingrošanas speciālists Ivo Končus  
Pieteikties uz nodarbībām var zvanot pa tālruni 26497034 (Ivo  
Končus) un tiks nokomplektēta jauna grupa nākamajā mēnesī.

## Bezmaksas veselīga uztura lekcijas

**11.03., 13.03., 15.03., 19.03., 20.03., 21.03.** plkst. 15.10

**27.03.** plkst. 17.30

PII Zvaniņš, Puķu iela 8, Dobele  
(grupa nokomplektēta)

Nodarbības vada uztura speciāliste Kristīne Sekace.

**Aktualitātēm aicinām sekot līdzī [www.dobele.lv](http://www.dobele.lv) un [www.facebook.com/veseligidobelesnovada](https://www.facebook.com/veseligidobelesnovada)**

Jautājumu gadījumā aicinām rakstīt projekta koordinatorei Sindijai Zutei uz e-pastu: [sindija.zute@dobele.lv](mailto:sindija.zute@dobele.lv)

Visi pasākumi ir bezmaksas. Aktivitātes norit Eiropas Savienības fonda projekta „Veselības veicināšanas un slimību profilakses pakalpojumu pieejamības uzlabošana Dobeles novada iedzīvotājiem” (Nr. 9.2.4.2/16/I/047) ietvaros



NACIONĀLAIS  
ATTĪSTĪBAS  
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais  
fonds