

Sporto Cēsis

Jūlijs 2018



Lēnās intensitātes treniņš ar treneri Ingu Bogdanovu CBJC “Spārni”, Bērzaines ielā 4

Trešdienās plkst.12.00. Piektdienās plkst.13.00



Nodarbības jaunajām un topošajām māmiņām ar Elinu Ogliņu Raunas ielā 6A otrajā stāvā

Topošajām māmiņām ceturtdienās plkst.15.00

Jaunajām māmiņām ceturtdienās plkst.16.00

Pieraksts pa
tālruni
26477736



Nūjošana ar treneri Ināru Ikaunieci Cēsu Pils parkā

Nūjošanas apmācība iesācējiem otrdienās plkst.18.00

Nūjošanas treniņnodarbība ceturtdienās plkst.18.00,
izņemot 05.07.



TRX ar treneri Ingu Bogdanovu Cēsu Valsts ģimnāzijas stadionā

Pirmdienās un trešdienās plkst.19.30.

Trešdienās plkst.10.00

Piektdienās plkst.11.00

Iepriekš jāpiesakās
pa tālruni 29102202



Funkcionālais treniņš ar treneri Ingu Bogdanovu

Bērzaines ielā 34 otrdienās plkst.17.30

Bērzaines ielā 34 ceturtdienās plkst.17.00

Cēsu Pilsētas stadionā otrdienās plkst.20.30

CVĢ stadionā sestdienās plkst.9.30



Joga ar pasniedzēju Ilzi Elīzu Palmu Rīdzenē, Bērnu un jauniešu laukumā

Otrdienās plkst.19.00

Visas nodarbības ir bez maksas!

ESF Projekts 9.2.4.2. “Pasākumi
Cēsu novada pašvaldības
iedzīvotāju veselības
veicināšanai un slimību profilaksei”



LATVIJAS REPUBLIKAS
FINANŠU MINISTRIJA

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē