

Latvijas Veselības nedēļas pasākumi Ventspilī

2019.gada 25.maijs – 2.jūnijs

25.maijs plkst. 11:00

Skrējieni un nūjošana apkārt “Būšnieku ezeram”
Starts pie Būšnieku ezera laivu bāzes.

27.maijs no plkst.19:40 līdz plkst. 20:40

TRX MIX apļa treniņš Ūdens Piedzīvojumu parka aerobikas un vingrošanas zālē. Nodarbību vada Igors Miņenko.

28.maijs no plkst. 10:00 līdz plkst. 13:30

Nodarbība senioriem Ūdens Piedzīvojumu parka atlētikas zālē.
Vada Ervīns Melngalvis.

28.maijs plkst. 13:00

Vingrošanas nodarbība senioriem un cilvēkiem ar īpašām vajadzībām OC „Ventspils” basketbola halles 3.stāva foajē.
Nodarbību vada Dace Grandberga.

28.maijs plkst. 17:30

Lekcija "Sveiks un vesels". Galvenā bibliotēkā, Akmeņu ielā 2.
Lekciju vada Olimpisko spēļu dalībnieks, treneris, sporta personība
Arnis Rumbenieks, kurš dalīsies savā pieredzē un praktiskos padomos.

28.maijs plkst. 17:45

Faluņ Dafa pilnveidošanās prakses piecu enerģētisku vingrojumu (tradicionālo ķīniešu vingrojumu) apmācība. Nodarbība notiks Jaunpilsētas laukumā pie strūklakas "Saules laiviņas". Nodarbību vada Normunds Kadiķis.

28.maijs plkst. 18:00

Nodarbība kimboksā OC “Ventspils” boksa zālē. Vada treneris Sergejs Deņisovs.

29.maijs plkst. 18:30

Nāc un sporto! Vidējās distances skriešanas un nūjošanas pasākums Reņķa dārzā. Vada treneris Andris Valerts

29.maijs plkst. 18:30

“NĀC NŪJOT!” Nūjošanas prasmju pilnveidošana veselīgai un aktīvai dzīvei. Pasākums notiks pie Enkuru parka centrālās ieejas.
Nodarbību vada Linda Eizenbārde.

29.maijs plkst. 19:00

“Ventspils Kikboksā Legions” organizētās “Aktivitātes svaigā gaisā”- pulcēšanās Basketbola halles foajē. Vada treneris Sergejs Deņisovs.

29.maijs no plkst.20:40 līdz plkst. 21:40

TRX iekarināmās sistēmas treniņš Ūdens Piedzīvojumu parka aerobikas un vingrošanas zālē. Nodarbību vada Igors Miņenko.

30.maijs plkst. 13:00

Vingrošanas nodarbība senioriem un cilvēkiem ar īpašām vajadzībām OC „Ventspils” basketbola halles 3.stāva foajē. Nodarbību vada Dace Grandberga.

30.maijs plkst. 18:00

Nodarbība kimboksā OC “Ventspils” boksa zālē. Vada treneris Sergejs Deņisovs.

30.maijs no plkst. 18:00 līdz plkst. 20:00

Individuālas nodarbības OC „Ventspils” basketbola halles atlētikas zālē.

30.maijs plkst. 19:00

Faluņ Dafa pilnveidošanās prakses piecu enerģētisku vingrojumu (tradicionālo ķīniešu vingrojumu) apmācība. Nodarbība notiks OC "Ventspils" ledus halles horeogrāfijas zālē. Nodarbību vada Normunds Kadiķis.

31.maijs no plkst. 19:00 līdz plkst. 20:00

Peldētapmācība pieaugušajiem. Ūdens Piedzīvojumu parka Lielajā peldbaseinā. Nodarbību vada Sergejs Iljins.

31.maijs plkst. 19:00

Turnīrs minifutbolā Minipitch futbola laukumā OC “Ventspils” teritorijā.

1.jūnijs plkst. 12:00

Loka šaušanas kluba “Odisejs” atvērtais treniņš, Loka šaušanas laukumā Pērkoņu ielā 13. Vada treneris Viktors Avsjuks.

Veselības nedēļas pasākumi Ventspils poliklīnikā

27.maijs 16.00 – 17.00 Tikšanās ar fizioterapeitu 202. kab.

28.maijs 12.00 – 13.00 Ķermeņa masas analizators 211. kab.

30.maijs 10.00 – 11.00 Ķermeņa masas analizators 211. kab.

27. – 29.maijs 12.00 – 13.00 Asinsspiediena mērīšana un cukura līmeņa noteikšana 106. kab.

VISI PASĀKUMI BEZ MAKSAS!

Veselības nedēļas mērķis ir popularizēt veselīgu dzīvesveidu, iesaistīt pēc iespējas vairāk cilvēku sportiskās, veselīgās un fiziskās aktivitātēs.

Pasākums organizēts ES projekta „Pasākumi vietējās sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei Ventspilī” ietvaros!

Uzziņas pa epastu: sporta.parvalde@ventspils.lv vai pa tālr. 63624412 un visa informācija www.ventspils.lv

Nāc un piedalies, esi vesels un aktīvs!