|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Organizācijas nosaukums** | **Koordinatora Vārds Uzvārds** | **Telefona numurs** | **E-pasts** | **Pasākuma nosaukums** | **Pasākuma datums vai datumi** | **Pasākuma apraksts** |
| Durbes novada dome | Alise Ansone | 28662110 | alise.ansone@inbox.lv | 1.)vingrošana dāmām 2.) netradicionālā sporta diena 3.) florbola vakars | 1)21.09.15. 2)22.09.5. 3)23.09.15. | 1) piedāvāta vingrošana meitenēm un dāmām, lai popularizētu sporta aktivitātes meiteņu vidū. 2)Netradicionālā sporta diena - dažādas fiziskās aktivitātes stacijās. 3) florbola vakars - populariēt florbolu, piesaistīt jaunus spēlētājus, dažādu uzdevumu veikšana. |
| Ziemeļvidzemes atlētu savienība | Haralds Bruņinieks | 29495904 | zas@e-apollo.lv | Pirmais Latvijas čempionāts atlētiskajā vingrošanā 4.posms | 26.septembris 2015.gads | 1.1.Popularizēt veselīgu dzīvesveidu, veicināt estētisko un fizisko attīstību Latvijas iedzīvotāju vidū. 1.2.Iesaistīt jauniešus atlētiskās vingrošanas nodarbībās, sporta aktivitātēs un sacensībās. 1.3. Popularizēt un attīstīt interesi par atlētiskās vingrošanas nozīmi jauniešu vidū, sekmēt atlētiskās vingrošanas atpazīstamību Latvijā. 1.4. Veicināt Latvijas mazo lauku skolu aktivitātes. |
| Skrīveru kultūras centrs | Zigrida Sprukte | 28373530 | zigrīda.sprukte@skrīveri.lv | Esi aktīvs un vesels skrīverietis! | 26.septembrī | 1. noietie vai noskrietie kilometri apkārt stadionam, 2.iemesto bumbu metieni grozā,3.pāri tīklam pārmesto bumbu skaitu,4.vingrošanas riņķa apļošanas ilgums,5.pumpēšanās skaita daudzums, 6.precizāko šautriņu mešana, 7. lidojošo šķīvīšu metieni mērķī, 8.noturēšanās ilgums līdztekās. |
| Vecsaules pamatskolas struktūrvienība "Jaunsaules pamatskola" | Dace Mašēna | 26343207 | dacemasena@inbox.lv | Veseli cilvēki - laimīgi cilvēki. | 21.-25.09. | 21.09. -Vingro pirmskola, 22.09.- Veselīgo našķu diena, 23.09. - Rudens kross. 24.09. -Sporto kopā ar savu skolotāju! 25.09.- |
| Alsungas vidusskola | Dace Siliņa | 29404887 | dace1974@tvnet.lv | 1.Sporta diena 1-4kl., 2.Sporta diena 5-12.kl. 3.Olimpiskā diena . | 23-25.09.2015. | 1. sporto 1--4. klase (pa stacijām apmeklē dažādas valstis, kur k atrā valstī jāiepazīstas ar kādu sporta veidu) |
| Daugmales pamatskola | Andrejs Lukjanovs | 27548268 | lukjanovsandrejs@gmali.com | Veselības nedēļa | 21. - 25.09.2015 | Rīta vingrošana, dažādas aktivitātes |
| daugavpil pilsētas Sporta pārvalde | Santa Upīte | 25125280 | sport@daugavpils.lv | 1.Flešmobs ar lecamauklām; 2. Nūjošanas festivāls; 3. skrējiens "Daugavpils - Mežciems",4. Latvijas Duatlona čempionāts,5. Rīta rosme ar politiķiem | 25.09.2015.-27.09.2015. | 1.flešmobs tiks organizēts pilsētas laukumā, kur būs uzaicināti visi pilsētas iedzīvotāji un 1 minūti leks ar lecamauklām; 2.Nūjošanas festivāls tiks organizēts visiem pilsēts iedzīvotājiem, 3.daugavpils pilsētā norisināsies 50.tradicionālais skrējiens "Daugavpils - Mežciems", kas ir vecākais skrējiens Latvijā, tāpēc pasākumā ir paredzēta tautas klases ū elites klases trases, kā arī izpletņlēcēju šovs un citas aktivitātes.4. Mowe week ietvaros arī tiks orgaizēts Latvijas duatlona čempionāts. 5. pilsētā norisināsies arī daudzi citiklubu un organizāciju pasākumi! |
| Biedrība SK "Kandava" | Andris Bambis | 29457272 | kandavasports@inbox.lv | Veselības nedēļa 2015 | 21.09-23.09.2015. | Nūjošana, Crosfit |
| Daugavpils Universitāte | Larisa Silova | 26532398 | larisasilova@inbox.lv | FlashMOVE | 13.09.2013. | NowWeMOVE flash mob |
| Biedrība "Pīlādzītis klubs" | Jeļena Vorošilova | 28371980 | elena.vorosilova@inbox.lv | ĢIMEŅU FOTO UN VIDEO KONKURSS “MANA SPORTISKĀ ĢIMENE” | no 07.09.15. līdz 30.09.15. |  |
| Biedrība "Ventas krasti" | Inese Ivāne | 29427990 | ivane.inese@inbox.lv | 1) nūjošana 2) vingrošana | 1) 22.09 un 27.09. 2) 23.09 un 25.09. | 1) Ikviens izkustēties gribētājs un interesnts laipni lūgts piedalīties nūjošanas nodarbībās. 2) Pēc vasaras atpūtas un rudens darbiem aicinu vingrot iikvienu iedzīvotāju, neatkarīgi no vesuma un dzimuma. Stundas garumā stiepsimies, mēģināsim noturēt līdzsvaru un trenēt vēdera presi. Piedalies! |
| Carnikavas pirmsskolas izglītības iestāde ,,Riekstiņš'' | Diāna Ločmele,Ilze Kauliņa, Ināra Lūse | 29373690 | diana.locmele@carnikava.lv | ,,Pozītīvo emociju kokteilis'' | 21.09. Pārgājiens diena, 22.09. Orientēšanās, 23.09. bumbošanās diena, 24.09. Kustību rotaļu diena, 25.09. Vingrojam kopā. | ,,Pozitīvo emociju kokteilis'' - pasākumi plānoti laika posmā no 21.09 - 25.09. Katru dienu bērni un pieaugušie piedalīsies dažādās fiziskās aktivitātēs - ies pārgājienā, orientēšanās, stafetes un kustību rotaļas. |
| Talsu PII"Saulīte" | Eva Vitone | 28735245 | talsusaulite@inbox.lv | "Rūpēsimies par SEVI un DRAUGIEM!" | no 21.-25.09. | 21.09.-Veselīgo dārzeņu diena plkst.11.00-fizioterapeita S.Vilkastes meistarklase kopā ar iestādes darbiniekiem 22.09.Sulīgo augļu diena 23.09.-Svaigi spiesto sulu kūre(diena) plkst.15.00-Bērnu iepazīstināšana ar pirmo palīdzību 24.09.plkst.17.30-Sporta aktivitātes tēviem un bērniem Talsu 2.vsk. 25.09.-Olimpiskā diena-Nebrīnies.Piedalies! Tikšanās ar PEP mammām |
| Siguldas novada dome, sporta pārvalde | Zinaīda Mūrniece | 29391554 | zinaida.murniece@sigulda.lv | Veselības un sporta nedēļa no 21.-27 septembrim | 21.-27.septembris | Pasākumi tiek veidoti Siguldas novada iedzīvotājiem ar mērķi popularizēt aktīvu un veselīgu dzīvesveidu. Siguldiešiem tiek piedāvātas dažāds sportiskas aktivitātes brīvā dabā un sporta klubos, nedēļas garumā ir iespēja iepazīties ar dažādiem sporta veidiem. Vairākas lekcijas ir par sporta aktivitāšu un uztura sabalansēšanu.  Vairāk informācija www.sigulda.lv |
| Daugavpils Universitāte | Valentīna Maklakova | 28236928 | vaditos@inbox.lv | Ūdens un gaisma | 25.09.2015. | Dalībniekiem baseinā būs ispēja izjūst ūdens un gaismas stihiju spēku. |
| Daugavpils vingrošanas skola "Harmonia" | Irina Kazakeviča | 26357067 | kazakevi4a@inbox.lv | Kopā jautrāk | 23.09.2015. | Sievietem 18+ tiks piedavātas dažādas aktivitātes ar vingrošanas apļiem un garo auklu. |
| Biedrība "Mēs varam!" | Iveta Sviklāne | 27894310 | sviklaneiveta@inbox.lv | Nūjošanas pārgājiens "Saulrieta taka" | 19.09.2015 | Baudot dabas skaistumu un izjūtot kustīabs prieku nūjo lieli un nūjo maziņi 5 km pārgājienā "Saulrieta taka" |
| Mūsdienu deju grupa "Desperado", trenere Inga Burkova | Iveta Sviklāne | 2789431029877983 | sviklaneiveta@inbox.lv; ingaburkova3@gmail.com | Deju grupa "Desperado" vingro kopā ar vecākiem | 24.09.2015. | Mūsdienu deju grupa "Desperado" vingro kopā ar vecākiem |
| Biedrība "Mēs varam!" | Inese Brezinska | 22138677 | inese.brezinska@inbox.lv | Komanda "Mēs varam!" skrien, nūjo, vingro | 26.09.2015. | Komanda "Mēs varam!" skrien, nūjo, vingro |
| Lazdonas pamatskola | Kristīne Mutore | 28727501 | primitivs@inbox.lv | Esi kustīgs katru dienu | 22.09-24.09 | 1. 2km skrējiens 2. Basketbola spēle 3. pakāpienu kross. |
| Biedrība "Mēs varam!", Rugāju vidusskola | Daiga Brezinska | 25862869 | dzintarmajas@inbox.lv | Rugāju vidusskolas 1. klase vingro | 21.09.2015. | Rugāju vidusskolas 1. klases skolēni bauda kustības prieku un vingro |
| Rīgas 4.speciālā internātpamatskola | Edgars Suraks | 29525005 | edgarscfc@inbox.lv | Skolas Olimpiskā diena. | 22.09.2015 | Skolas skolēni un skolotāji sapulcējas skolas priekšā. Īsas svinīgas uzrunas un iesildīšanās. Kross apkārt Bābelīša ezeram pēc savām spējām. |
| Mežgaļu pamatskola | Dace Kalniņa | 27065182 | kalnudace@inbox.lv | Veselības nedēļa | 21.-25.septemnris | Dažādas sacensības skolēniem |
| Brunavas pagasts | Dace Kalniņa | 27065182 | kalnudace@inbox.lv | Veselības nedēļa | 21.-27.septembris | Dažādas sacensības pieaugušajiem un bērniem - katram savi kilometri |
| Aizkraukles pagasta sākumskola | Ilze Ūdre | 28883571 | ilzeudre@inbox.lv | Veselības nedēļa 1).21.09. rīta rosme visiem, 2)22.09.Neparastais kross, 3) 23.09. Neparastais kross, 4) 24.09. 1000 soļu diena ar nūjām 5) Veselīgs uzturs | no21.09.-25.09. | 1. rīta rosme- visa skola sporta zālē, 2.kross ar šķēršļiem skolas teritorijā (klases pēc grafika), 3. Vingrojamo dziesmu diena-9.30 visu mūzikas zālē vingro ar dziemiņu, starbrīžos klasē ar skolotāju,4. 1000 soļu ar nūjām-skaitām savus soļus nūjojot.5. Audzināšanas sunda klasē par uzturu, mielojamies atr veselīgiem našķiem. |
| Cēsu novada pašvaldība | Rasa Siliņa | 25661300 | rasa.silina@cesis.lv | Cēsīs var! | 21.-27. septembris | Visi Cēsu iedzīvotāji aicināti reģistrēties kopējo kilometru veikšanai nūjošanā, skriešanā velo braukšanā. Uzskaitām katra kopējo veikto km skaitu nedēļas garumā, nosakām aktīvāko vecumgrupu, pipulārāko sporta veidu. |
| Skrundas novada Nīkrāces pagasta sporta organizators | Ilona Rītiņa | 26665663 | ilona.ritina@inbox.lv | 1.„Vingrojam kopā ”- visās iestādēs ,21.09.2015.,plkst.10:00; 2. Trenažieru diena – visas dienas garumā, 22.09.2015.; 3. skaitam nostaigātos km , 23.09.2015.; 4. „Nūjojam kopā” – 24.09.2015., plkst.15:00; 5. veseslības vingrošana, 23.09.2015., plkst.15:00 ; 6. Kopā ar bumbu - visas dienas garumā, 26.09.2015., 7. braucam ar riteņiem, 27.09.2015.,plkst.11:00 | 21.09.2015. -27.09.2015. | 1. pirmdiena - iesākam darba nedēlu ar vingrošanu.; 2.otrdiena - ikvienam iespēja pavingrot uz trenežieriem gan telpās, gan uz āra trenažieriem; 3. trešdiena- ejam pārgājienā forsējot Ventu, skaitam cik km kopīgi esam dienas garumā nostaigājuši; 4. ceturdiena- dodamies nūjot ; 5. piektdiena - veselības vingrošana trenera pavadībā; 6. sestdiena -visas dienas garumā spēlējam jebkādas formas bumbas; 7. svētdiena - braucam ar riteņeim uz Briņķu ezeru. |
| Ludzas pilsētas ģimnāzija | Solvita Narnicka | 26418893 | narn1@inbox.lv | Spēka, ātruma, izturības, veiklības dienas | 21, 22, 23, 24. septembris | 1. diena bērni noteiktajā laikā izpilda spēka vingrojumus. 2. diena bērni noteiktajā laikā izpilda ātruma uzdevumus. 3. diena bērni noteiktajā laikā izpilda izturības uzdevumus 4. diena bērni noteiktajā laikā izpilda veiklības vingrojumus |
| Alūksnes pilsētas sākumskola | Digna Ķīse | 26309331 | digla@inbox.lv | Ēd, sporto, atpūties. | 21.09.-27.09. | Dosimies gan pārgājienā, gan piedalīsimies sporta spēlēs, mērosimies spēkiem. |
| PII "Zelta zivtiņa" | Baiba Dāldere | 20037236 | makevica25@inbox.lv | Sportot prieks | 21.-24.09.2015 | pASAKUMS NOTIKS TIKAI AR BERNUDARZA BERNIEM,KATRU DIENU APGUSIM JAUNU SPORTA VEIDU- SKRIESANU,BUMBAS MESANU,RINKI,IESANA PA DAZADA AUGSTUMA PAMATNEM,NEDAUDZ ZUMBOSIM. |
| Mērsraga novada dome | Ivars Indruškevičs | 26455993 | ivars.indruskevics@mersrags.lv | Fiziskās aktivitātes katru dienu visa novada teritorijā | 2109.-27.09 | Dažādi fiziskie vingrinājumi |
| Daugavpils 16.vidusskola | Oksana Gedzjuna, Ludmila Mantulova, Sergejs Kiseļovs | 29515043 | oksana\_g@inbox.lv | 1.Balstā guļus uz elkoņiem (planka) 2.Fziskās aktivitātes starpbrīžos | 21.-25.09. | 1.Visi dalībnieki vienlaicīgi zālājā ieņem pozīciju balstā guļus uz elkoņiem. Ķermenim jābūt pilnīgi taisnam un ceļgali nedrīkst skarties pie zems. Turēšanās balstā guļus uz elkoņiem notiek uz laiku Vērtējums: uzvar tā klase kura šādā pozīcijā noturējusies visilgāk. 2. Kustību rotaļas starpbrīžos. |
| Rīgas Austrumu vidusskola (A.Čaka filiāle) | Irina Tihomirova | 26058366 | olimpir@inbox.lv | Prieks būt kustībā | 21.-24.09.2015.g. | Pasākuma devīze- “Katram mīļākas kustības” Skolēni piedalās dažādās aktivitātēs, vingrinājumu pildīšanā (lēkšana par aukliņu, roku saliekšana un iztaisnošana, galda tenisa bumbiņas žonglēšana, pievilkšanās, basketbola soda metiens, futbola bumbas žonglēšana, sporta zīmējums). Pec pieteikšanās katrs saņem dalībnieka kartiņu, kur pierakstis rezultātu. 28.09. – izstāde “Kustību un emocijas serpentins”. |
| Rīgas Kristīgā vidusskola | Sanita Selecka | 29647952 | sanita.snorina@gmail.com | 1. Fizisko īpašību attīstīšanas Ceļojošais kauss | 21.-25.09 | Pagalma svētki |
| Rīgas Kristīgā vidusskola | Sanita Selecka | 29647952 | sanita.snorina@gmail.com | 1. Fizisko īpašību attīstīšanas Ceļojošais kauss; 2. Pagalma svētki | 1. 21.-25.09; 2. 26.09 | 1. Ceļojošais kauss - katrs, kurš vēlēsies piedalīties varēs griezt vingrošanas apli uz laiku, lekt ar aukliņu, teisīt vēdera presi, turēties kārienā pie stieņa - visus laikus summējot kopā. 2. Pagalma svētki - skolas pagalā notiks dažādas stacijas, kurās visi interesenti varēs darboties - dažādi netradicionāli uzdevumi - lēcieni ar maisu, šķēršļu joslas, piramīdu veidošana, u.c. uzdevumi |
| Daugavpils pilsētas 9.speciālā pirmsskolas izglītības iestāde | Anita Laurena | 6542648129793317 | specpii9@inbox.lv | Spēlējam "Klases" | 23.09.2015., 24.09.2015. | bērni vecumā no 3 līdz 6 gadiem spēlēs dažāda veida "Klases" telpā un ārā. |
| Apes novads | Juris Ozoliņš | 26165824 | ozo55@inbox.lv | Sporta diena | 26. septembris | Pasākumi visā nedēļas garumā Apē,Trapenē, Gaujienā, Vidagā ar sporta dienu Apē 26. septembrī |
| Staiceles vidusskola | Inga Konrāde | 29383337 | ingakonrade@inbox.lv | 1. Rīta vingrošana (katru rītu); 2. Sporta diena "Veselā miesā vesels gars" | 1. Vingrošana no 21.09.15.-25.09.2015.; 2. 24.09.2015. | 1. katru dienu veselības nedēļas ietvaros visas klases sāks ar rīta vingrošanu. 2.Sporta dienā katrs pēc savām spējā veiks skriešanu, pildbumbas mešanu, staigāšanu pa trepēm, palēcienus ar lecamauklu, šautriņu mešanu, pievilkšanos pie stieņa, vēdera preses vingrojumus. |
| Biedrība "Mēs varam!" | Jolanta Brezinska, Iveta Sviklāne | 2755642127894310 | nujauki@inbox.lv | Ritmiskā rīta rosme Rugājos | no 21.09.2015. līdz 24.09.2015. | Rugāju novada vidusskolas 2.klases skolēni mācības sāk mundri ar ritmisko rīta rosmi |
| Stendes sporta un brīvā laika pavadīšanas centrs | Kārlis Pētersons | 28735227 | karlis.petersons@talsi.lv | 1. pasākums: "Katram savus kilometrus", 2. pasākums: "Veselības nedēļas aktīvā diena Stendes pamatskolā" | 1. pasākums: Katram savus kilometrus - 21., 22., 23. septembris, 2. pasākums: Veselības nedēļas aktīvā diena Stendes pamatsk. - 24. septembris | 1. pasākums: Veselības nedēļas ietvaros trīs dienas Stendes iedzīvotājiem tiks dota iespēja aktīvi izkustēties pilsētas teritorijā. Tiks nomērīta konkrēta distance un dotajā laikā distanci katrs varēs veikt kā vien to vēlas ar velosipēdu, nūjojot vai vienkārši pastaigājoties. Tāpat tiks dota iespēja cilvēkiem, kuri nevēlas doties distancē veikt dažādus vingorjumus, kuri tāpat ļaus aktīvi nodarbināt sevi. 2. pasākums: Stendes pamatskolas skolēniem tiks piedāvāta iespēja izkustēties un pildīt dažādus uzdevumus, lai skolēniem būtu iespēja izkustēties. |
| Skrundas novada pašvaldības iestāde "Alternatīvās aprūpes dienas centrs" | Rita Goldmane | 29657347 | daina.abele@skrunda.lv | 1. Rīta rosme 2. Āra trenažieru apmeklējums 3. Operācija "Ventas tilts" | Visas trīs aktivitātes tiks veiktas visos datumos: 21.septembris, 23.septembris, 25.septembris | 1. Dienas centra klienti (personas ar funkcionāliem traucējumiem, fiziskiem un garīgiem) kopā ar darbiniekiem veiks rīta rosmi, veicot spējām atbilstošus vingrojumus pusstundas garumā. 2. Pirms pusdienas laika notiks vingrošana un āra trenažieriem Kalēju iela 4, Skrunda, sētā. 3. Pastaiga 2 km garumā (pēc Google maps datiem), no Kalēju ielas 4, Skrundā, pāri Ventas tiltam Rīgas virzienā pa šoseju A9. |
| Balvu Sporta skola | Ludmila Beļikova | 6452108726525506 | balvu.bjss@inbox.lv | Pielikumā | 21.09.2015-27.09.2015 | pielikumā |
| Skrundas jauniešu centrs | Baiba Eversone | 29852292 | baiba.eversone@skrunda.lv | 1. 21.09. pl.15.30 "Dejo un esi vesels!". Pasākuma laikā jauniešiem būs iespēja mūzikas ritmos nodoties dejas vilinājumam, atgādinot, ka deja palīdz atraisīt cilvēka personību, sniedz lielisku prāta un ķermeņa treniņu. 24.09. pl.13.00 pasākums bērniem "Dejo un esi vesels!"" | 21.09. un 24..09. | 1. 21.09. pl.15.30 "Dejo un esi vesels!". Pasākuma laikā jauniešiem būs iespēja mūzikas ritmos nodoties dejas vilinājumam, atgādinot, ka deja palīdz atraisīt cilvēka personību, sniedz lielisku prāta un ķermeņa treniņu. 24.09. pl.13.00 pasākums bērniem "Dejo un esi vesels!"" |
| Rīgas 85.vidusskola | Gunita Aizupiete | 26208011 | gunita\_1@inbox.lv | Veselības nedēļa 1.Atspēriena diena; 2.Spēka diena; 3.Kustību precizitātes diena; 4.Ēd un esi vesels; 5.Rīta rosme | 21.09. -25.09.2015 | Fiziskas aktivitātes |
| Ķekavas novada Jaunatnes iniciatīvu centrs | Santa Auziņa - Stucere | 29729629 | santa.auzina-stucere@kekava.lv | Kusties! | 21. - 25. septembris | 1. 21.09. 16:00 Street Warriors (ielu vingrotāju) paraugdemonstrējumi, motivācijas uzruna jauniešiem un pamācība ielu vingrošanas rīku kompleksa izmantošanā ikdienā. 2. 22. - 25. no 13:00 - 17:00 individuālais ielu vingrošanas treniņš. |
| Rīgas Ostvalda vidusskola | Andrejs Aleksejevs | 28379678 | aleksejev.andrej@inbox.lv | Vairāk kā 100 metru | 21.-25.09. | Dotā pasākuma mērķis ir veikt stafeti, kuras gaitā pusstundas laikā visi katras klases skolēni skries 100 metrus stafeti. Par šo laiku ir nepieciešams, lai šo distanci noskrietu pēc iespējas vairāk skolēnu. |
| Viļānu novada pašvaldības Sporta skola | Lolita Malinovska | 29377318 | vilanusports@inbox.lv | 1.Sportiskas aktivitātes"Piedzīvojums rudenī" 2.Viļānu novada čempionāts šahā 3.Sportiskas aktivitātes"Rudens prieki" 4.Nūjošanas apmācība, pārgājiens. 5. Rēzeknes un Viļānu novadu skolu sacensības futbolā. 6. Sportiskas aktivitātes Viļānu novada skolās. 7. Veselības veicinoša teorētiski - praktiska vingrošanas nodarbība. 8. Viļānu novada atklātais skrējiens. | 1. 21.-25.09. 2.23.09. 3.22.09. 4.22.09. 5.18.09. 6.21.-24.09. 7.24.09. 8.26.09. | 1.Dažādas stafetes bērnudārzā. 2. Čempionāts šahā. 3. Dažādas sportiskas aktivitātes bērnudārzā. 4.Nūjošanas apmācība, pārgājiens. 5.Futbola sacensības. 6.Dažādas sportiskas aktivitātes skolēniem. 7.Teorētiski -praktiska nodarbība senioriem. 8.Skrējiens apvidū 1,5km vai 8,5 km |
| Ventspils 2.pamatskola | Anželika Šilberga | 63622964 | 2.pamatskola@ventspils.lv | Mēs esam par kustību. | No 21.09.-25.09 | No rītiem vingrošana sākumskolai, garajos starpbrīžos dažādas sporta spēles dažādām klašu grupām.150 |
| IBI Fitness Latvia | Evita Bole | 29882672 | ibifitnesslatvia@gmail.com | 1. IBI Fitness Latvia spēka un izturības treniņš @Viesturdārzs [akcents uz spēka izturību] 2. IBI Fitness Latvia spēka un izturības treniņš @Vecāķu pludmale [akcents uz skriešanu un skrējējiem nepieciešamo fizisko sagatavi] | 1. 26.septembris 2. 27.septembris | 1. 1,5 stundu ilgs fitnesa treniņš, dažāda līmeņa sagatavotības cilvēkiem. Gan iesildīšanās daļa, dažādi fiziskie vingrinājumi gan pāros, gan individuāli, grupās, visiem kopā, ar inventāru un bez. Vidējas - augstas intensitātes treniņš. 2. Vidējas - augstas intensitātes treniņš, kur tiek veikta skriešanas distance Vecāķu pludmalē, skrējienu papildinot gan ar spēka vingrojumiem ik pēc 400 - 500m, gan pašu skrējienu bagātinot ar dažnedažādiem, palēcieniem u.c. pārvietošanās formām. |
| Rēzeknes Valsts 1.ģimnāzija | Vita Seņkāne | 29341081 | vitasenkane@inbox.lv | 1. "Tūrisma diena -2015"- Veselā miesā vesels gars (10.-12.kl.), 2. "Tūrisma diena -2015"- Veselā miesā vesels gars (7.-9.kl.), 3. Rudens veltes veselībai - "Cienājies un esi vesels!", 4. Nūjo ar prieku vai Skrien un esi vesels!, 5. "Es un mūsdienu deja!", 6.Rīta rosme - "Melns un balts", 7.Viktorīna "Veselīgs dzīvesveids"., 8. "Apgūsim spēka vingrinājumus!", 9. "Latvijas olimpiskā diena!" | Pasākums Nr.1 - 17.09., Nr.2 - 18.09., Nr.3, Nr.4 - 21.09., Nr.5 -22.09., Nr.6, Nr.7 - 23.09., Nr.8 - 24.09., Nr.9 - 25.09. | Nr.1 un Nr.2 - došanās kājām uz pasākuma vietu ~4.5km, atklāšanas parāde, komandu prezentēšana, tūrisma elementu šķēršļu josla, volejbola turnīrs, strītbola turnīrs, krasainā un jautrā futbola turnīrs, kā arī ind. veidi - petanka, florbola metieni , ripo ripo bumbiņa, atrodi pēc atmiņas, zābaka mešana talumā ar kāju, misters spēkavīrs, mis vingrotāja, granātas mešana sektoros, trāpīgais metējs., Nr.3 - katra klase sarūpē augļu un dārzeņu grozu, kuru novieto pie klases durvīm uz krēsla "Cienājies un esi vesels", Nr.4 - Skolēni, pedagogi pulcējas pie skolas, izvēlas sev atbilstošu distanci skriešanai vai nūjošanai. Tiek dots starts un visi dalībnieki dodas sev izvēlētajā distancē., Nr.5 - skolēni pulcējas sporta zālē un veic iesildīšanos, iemācās deju soļu kombināciju, veic stiepšanās vingr. mūzikas pavadījumā. Nodarbību vada 12.klases skolnieces, Nr.6 - Skolas sporta laukumā tiek organizēta Rīta rosme, Nr.7 - Viktorīnā par veselīgu dzīvesveidu piedalās septīto klašu skolēni., Nr.8 - sporta zālē tiek izveidota šķēršļu josla no dažādiem spēka vingrinājumiem, kur tiek aicinati piedalīties visi izglītojamie (īpaši zēni) un pedagogi neatkarīgi no vecuma, dzimuma un sportiskās sagatavotības, Nr.9 - 7.klašu skolas komanda piedalās Latvijas Olimpiskajā dienā, kur veic dazādus veiklības, spēka, ātruma, izturības utt. uzdevumus. |
| Ludzas 2.vidusskola | Zionaīda Buliga | 65724539 | zinaida24@inbox.lv | 1. Velosacensības 2. Ģimenes stafetes 3. Mini handbola sacensības 4. Futbola sacensības 5. Rīta rosme 6. Kross | 21.09.-27.09.2015. | 1.Velosacensības Skolas pagalmā 5.a b kl. skolēni 2. Ģimenes stafetes Sporta halle 1.a b kl. skolēni, vecāki 3. Mini handbola sacensības Sporta halle 3.a b kl. Skolēni, vecāki 4. Futbola sacensības Sporta halle 6.-12.kl. skolēni 5. Rīta rosme Skolas pagalmā 1.-12.kl. skolēni, skolotāji, skolas darbinieki 6. Ģimenes stafetes Sporta halle 2.a b kl. skolēni, vecāki 7. Ģimenes stafetes Sporta halle 4.a b kl. skolēni, vecāki 8. Kross 500 m Pilsētas parks 5.a b kl. skolēni 9. Kross 1000 m Pilsētas parks 6.-7. Kl. skolēni 10. Kross 1000 m (meitenes), 1500 m (zēni) Pilsētas parks 8.-9. Kl. skolēni 11. Kross 1000 m (meitenes), 2000 m (zēni) Pilsētas parks 10.-12. kl. skolēni |
| JPPI "Sporta servisa centrs" | Guna Trukšāne | 63027504 | sports@sports.jelgava.lv | VESELĪBAS NEDĒĻA JELGAVĀ: 1) 24.-25.septembris, Zemgales olimpiskais centrs - Jelgavas pilsētas skolēnu 45.spartakiāde futbolā (~ 60 dalībnieki) 2) 25.septembris, Zemgales olimpiskais centrs – “Olimpiskā diena 2015” rīta vingrošana (~ 1600 dalībnieki) 3) 27.septembris, sporta komplekss “Zemgale” – “Slidot kopā ir jautri” masu slidošana (~ 100 dalībnieki) 4) 22., 24., 26.septembris, Pasta sala – “Skrien kopā ar FORTUM ENERĢIJAS DONORU” 5) 21., 23.septembris, Zemgales olimpiskais centrs – Fiziskās sagatavotības treniņš kopā ar “Cross Fit Jelgava” treneriem | 21.-27.septembris | 1) Futbola sacensības starp skolām - Jelgavas pilsētas skolēnu 45.spartakiāde futbolā 2) “Olimpiskā diena 2015” rīta vingrošana un sporta aktivitātes ar basketbola elementiem 3) Publiskā slidošana - “Slidot kopā ir jautri” 4) Skriešana - “Skrien kopā ar FORTUM ENERĢIJAS DONORU” 5) Fiziskās sagatavotības treniņš kopā ar “Cross Fit Jelgava” treneriem |
| Rīgas 69.vidusskola | Dace Purvaine | 67454171 | r69vs@riga.lv | 1. "Veselā ķermenī vesels gars". 2. | 22.09.2015. | 1. Vingrošanas nodarbība skolotājiem, lai attīstītu sava ķermeņa funkcionalitāti. |
| Rīgas 69.vidusskola | Dace Purvaine | 67454171 | dace.purv@inbox.lv | 2. Nūjošana Jūrmalā. | 24.09.2015. | 3. Prāta atpūtas minūtes. |
| Friča Brīvzemnieka pamatskola | Inese Dāboliņa | 29115158 | ince73@inbox.lv | 1.Pirmdien 7.45 - 8.25 pakāpienu skaitīšana. 2. Otrdien lekšana ar lecamauklām.3. Trešdien skrējien cauri auklai. 4. Ceturtdien bumbas mešana mērķī. 5. Piektdien pārgājiens. 6. Katru rītu rīta vingrošana sākumskolas klasēs. | 21. - 25. septembris | 1.Pirmdien 7.45 - 8.25 pakāpienu skaitīšana. 2. Otrdien lekšana ar lecamauklām.3. Trešdien skrējien cauri auklai. 4. Ceturtdien bumbas mešana mērķī. 5. Piektdien pārgājiens. 6. Katru rītu rīta vingrošana sākumskolas klasēs. |
| JAUNPIEBALGAS ATTĪSTĪBAS FONDS sadarbībā ar Jaunpiebalgas novada domi | EGITA ZARIŅA | 26449732 | egitaza@inbox.lv | Starptautiskā veselības nedēļa-Jaunpiebalgas novadā! | Vēl tiek saskaņti ar skolas vadību | Sportiskas aktivitātes sākumskolā un vidusskolā,iekļaujot tēmu par veselīgu uzturu un dzīvesveidu. |
| Latvijas Galda tenisa federācija | Ina Jozepsone | 29138476 | ina.jozepsone@gmail.com | LGTF un Latvijas Universitātes atklātās reitinga sacensības, II karta | 26.09.2015. | Aicināts piedalīties ikviens galda tenisa spēles cienītājs, kurš vēlas pārbaudīt savu meistarību. Plkst. 10.00 - sacensībās sāk spēlētāji līdz 302 vietas LGTF reitingā, kā arī bez LGTF reitinga, plkst.12.30 - 195.-301. vieta reitingā, plkst.15.45 - 92.-194.vieta reitingā, plkst.18.45 - 35.vieta reitingā un augstāk. Sievietes piedalās vīriešu konkurencē. |
| Rēzeknes pilsētas domes Sporta pārvalde | Valentīna Svillāne-Dūda | 26493136 | sports@rezekne.lv | 1. "Vingro vesels Rēzeknē!"; 2. "Olimpiskā diens 2015" 3. Rēzeknes čempionārts svara stieņa spiešanā guļus; 4. bērnudārzu darbinieku sporta diena; 5."Nūjo vesels Rēzeknē!" 6. Veselības nedēļas Petanku turnīrs. | 24.; 25.; 26.; 27.septembris | Veselības vingrošana (pilates); Olimpiskajā dienā dažādas sacensības 6.-7.klašu skolēniem, Sporta dienas pilsētas bērnudārzu darbiniekiem, čempionāts svaru stieņa spiešanā guļus, nūjošanas paāskums gan iesācējiem, gan pieredžejušiem nūjotātjiem un sacenssības petanka spēlē, popularizējot aktīvu dzīvesveidu 'brīvā dabā. |
| Gaigalavas pamatskola | Aina Ceirule | 26295257 | aina.ceirule@saskarsme.lv | 1. Lekšanas diena 2. Spēka diena 3. Latvijas " Olimpiskā diena 2015" | 21.09., 23.09., 25.09. | 1.Spēka dienā- vingrinājums roku saliekšana uz iztaisnošana .2. Lekšanas dienā- izpilda palēcienus ar lecamauklu. 3.Latvijas "Olimpiskā diena 2015" - rīta vingrošana, basketbola metieni grozā.. |
| Rīgas 33. vidusskola | Elēna Vadone | 27113468 | elena.vadone@inbox.lv | VESELĪBAS NEDĒĻA 2015 | 21.09. – 27.09.2015 | 21.09.15. – Rīta rosme • Vingrojuma kompleksu Sagatavo Rīgas 33. vidusskolas sporta skolotāji un katras klases pārstāvji. • 8:30 katrā klasē tiek novadīta rīta rosme (pēc savas programmas) 22.09.15 – Džudo prezentācija • Piedalās 4.-5.klašu skolēni ( 7. stundas laikā) 23.09.15 – BodyART nodarbība • Piedalās skolēnu dome ( 8. stundas laikā) 24.09.15 – Olimpiskā diena • Piedalās 2.-12. klašu skolēni 25.09.15. – Aktīvie kustību starpbrīži • Piedalās 1.-4. klase |
| Latgales peldēšanas centrs | Sergejs Kiseļovs | 29476431 | forumsswim@inbox.lv | 1).Pludmales futbols, 2).Velobrauciens apkārt Stropu ezeram, 3).Pludmales cīņa, 4).Kross Stropu mežā, 5).Stundas peldējums, 6).Minifutbols, 7).Makšķerēšana | 21. - 27.septembris | Veselības nedēļa-2015 |
| Dobeles sākumskola | Argija Rudene | 26687457 | dobeles.ssk@skolas.zemgale.lv | 1. Spēka diena. 2. Peldēšanas diena. 3. Pārgājiena diena. | 22.09. 23.09. 25.09. | 1. Spēka dienā uz skolas sporta zāli tiek uzaizcinati atlēti no kluba "Gold Barbell,"kuri pastāstīs ka vajadzetu treneties, lai klūtu spēcīgs pec prezentācijas skolēni varēs apliecināt savu spēku tāllēkšana no vietas, lēkšanā ar aukliņu, pievilkties pie stieņa, roku saliekšana iztaisnošana balstā guļus. 2. Peldēšanas dienā 2. 3. un 4. klases skolēni peldēs pēc savām spējām brīvi izvēlētā peldēšanas stilā pēc iespejas lielāku distanci. Kuri peld vājak varēs izmantot peldēšanas dēlīšus. 3. Pārgājiena diena. Skolēni visi pulcēsies skolas priekšā, kur visi vingros, pārgajienā būtu možs gars un raits solis. Pirmo klašu skolēni kopā ar vecākiem dosies uz Dobeles pilsdrupām, kur spēlēs dažādas rotaļas un sacentīsies veiklības stafetēs. 2.kl. un 3.kl. skolēni dosies pārgājienā pa Dobeles pilsētu un atpazīs Dobeles ievērojamākās vietas. 3. obeles pilsdrupāmni dosies pārgājienā uz D u |
| Penkules pamatskola | Agnese Krūmiņa | 29142333 | agnesekrumina@inbox.lv | Veselības nedēļa Penkules pamatskolā | 21.-25.septembrim | Aktivitātes visas nedēļas garumā:1.Sporto kopā ar savu skolotāju-rīta rosme katru rītu. 2.''Katram savs kilometrs.'' 3.Vingrošanas riņķa apļošana. 4.Roku saliekšana un iztaisnošana. 5.Futbola bumbas sitieni vārtos. 6.Lēcieni ar lecamauklu. 7.Basketbola bumbas metieni vārtos. 8.Tāllēkšana no vietas. |
| Pelēču pamatskola | Osvalds Šņepsts | 28303681 | osvaldo6inbox.lv | 1. Pievilkšanās diena, 2.Aukliņa, 3.Skrienam,ejam, 4.Vēderpresītes, 5. Pārgājiens, 6.Velodiena | 1. 21.09; 2. 22.09;3. 23.09; 4. 24.09.; 5. 25.09.; 6. 26.09 | Pasākumi norisināsies sporta zālē, sporta laukumā, Pelēču pagasta teritorijā. |
| Biedrība "Mēs varam!" | Iveta Sviklāne; Normunds Strapcāns | 27894310 | nujauki@inbox.lv | "Sprīdīšu" izzinošais pārgājiens "Saulrieta taka" | 21.09.2015. | Baudot ainavisko Vidzemes jūrmalas piekrasti, veiksim izzinošu "Sprīdīšu"nūjošanas pārgājienu 6 km garumā pa Saulrieta taku (no Pēterupes līdz Inčupei). Baudot kustības prieku, gūsim pirmās iemaņas nūjošanā, apzināsim dižpriedes un Baltās kāpas virsotnē jūsmosim par Rīgas jūras līci. |
| Aizkraukles novada ģimnāzija | Gunita Eksne | 28625692 | egunita@inbox.lv | 1. Pašpārvaldes draudzības skrējiens. 2." Eko padome lec! 3. Klašu pārgājieni | 21. 09., 22.09., 25.09. | 1. pašparvalde draudzības stafeti skrien skolas sporta laukumā.2. Eko padome lec ar aukliņu, cik visa kopā reižu to var izdarīt. 3. Klases dodas pārgājienos/ ekskursijās ar aktīvas atpūtas elementiem. |
| Biedrība "Mēs varam!" | Iveta Sviklāne, Inese Petrošina | 27894310 | nujauki@inbox.lv | Saulkrastu sākumskola sporto un veselīgi ēd | No 21.09.2015. līdz 25.09.2015. | Pasākuma organizatori: biedrība "Mēs varam!" un skolotāja Inese Petrošina T. 26432431. Runāsim par veselīgu uzturu un gatavosim. Pildīsim rīta rosmi un piedalīsimies sporta dienā. |
| Mazsalacas novada pašvaldība | Rita Gluha | 26362938 | rita.gluha@mazsalaca.lv | Visi sportojam Mazsalacā! | 24;25; 26;27 septembris | 1. Nūjošana pa Skaņokalnu. 2. Skolu pārgājiens. 3. Velo orientēšanās. 4. velo pārgājiens |
| Krāslavas pamatskola | Natālija Raudive | 29216505 | natasaraudive@inbox.lv | "Kustību parāde starpbrīžos", kā arī skolā notiks "Olimpiskā diena 2015" | 21.09.-25.09.2015. | Katru starpbrīdī kāds no bērniem klasē parāda savu izdomātu vingrinājumu jeb kustību aktivitāti, kuru skolēni kopā ar klases audzinātāju izpilda vairākās reizes, un apspēlē. |
| Skrundas novada pašvaldības Skrundas pirmsskolas izglītības iestāde "Liepziediņš" | KRISTĪNE RĒDERE | 26585604 | reders22@inbox.lv | "Jautrie vitamīni" | 23. septembris | Tematisko pēcpusdienu "Jautrie vitamīni" rīkosim vidējās, vecākās un sagatavošanas grupām. Pie bērniem ciemosies Klauns Pankūciņš , kurš iesaistīs bērnus jautrās rotaļās un kustību aktivitātēs. |
| Talsu novada Sporta skola | Olga Vežuka | 2873379163291163 | sportaskola@talsi.lv, skolusports@talsi.lv | 1.Talsu novada skolu sacensības futbolā (2002. - 2006.dz.g.), 2.Latvijas Olimpiskās dienas pasākums Pirmskolas izglītības iestādēm, 3.Talsu novada Sporta skolas audzēkņu un pedagogu krosa skrējiens | 1.pasākums 23.09.2015, 2.un 3.pasākums 25.09.2015. | 1.pasākums futbola turnīrs vispārizglītojošajām skolā, 2.pasākums Olimpiskās dienas vingrojumi un sporta veidu sekcijas, 3.pasākums krosa skrējiens 5km |
| Liepājas pirmsskolas izglītības iestāde "Dzintariņš" | Guntra Lazdupe | 29467855 | dzintarins@liepaja.edu.lv labāk uz guntra.lazdupe@inbox.lv | 1. Augam veseli. 2. zibakcija " Sirsnīgā kustēšanās" | Augsim veseli - no 23 - 25, Zibakcija - 24.09.2015 | 1. Augsim veseli 23.09.2015 skaitīsim cik pakāpienu pieveikti visas dienas garumā. 24.09.2015 zibakcijā vecākās grupas bērni un 2. viduskolas 1. klases skolēni kopīgi izkustēsies kopā ar pasaku tēliem. 25.09.2015. pirmsskolas "Dzintariņš vecākās grupas bērni dosies pārgājienā pa Liepājas jūrmalas kāpām - skries, leks un veik dažādus uzdevumus." |
| Sabiedriskais centrs | Zane Kalniņa | 26181374 | zane.kalnina.zka@gmail.com | Nāc un vingro - esi vesels! | 22. un 23. septembris | Divus rītus ciema iedzīvotāji un iestāžu darbinieki tiks aicināti pārtraukt savus darbus un iznākt Skolas ielas laukumā kopīgi pavingrot mūzikas pavadībā. |
| Ventspils | Kārlis Gubats | 26490802 | Karlis.gubats@ventspils.lv | Veselības nedēļa Ventspilī |  | Skatīt [www.ventspils.lv](http://www.ventspils.lv) |
| Valkas novada dome | Kristīne Karole | 25771165 | kristine.karole@valka.lv | Skriešanas seriāls "Optimists" | 24.09.2015 | Skriešanas seriālā tiek aicināti piedalīties ne tikai aktīvie sportisti – skrējēji, bet arī nūjotāji un ģimenes ar bērniem. Ir pieejama tautas klase tiem, kuri neskrien savai noteiktajai vecuma grupai atbilstošu distanci, bet gan tik, cik pats vēlas un spēj! |
| Valsts Policijas koledža | Kristaps Račko | 20311848 |  | Jautrā rīta rosme | 24. un 26.09. | Valsts policijas koledžas kadeti pēc ikrīta ierindas dosies uz sporta laukumu, lai uzmundrinošas mūzikas pavadībā veiktu rīta rosmi, kārtīgi izvingrojoties un uzņemot enerģiju pilnvērtīgai dienai. |