



**Rīgas domes Labklājības departamenta organizēto  
nūjošanas nodarbību grafiks**

<b>Nr.</b>	<b>Nūjošanas vieta</b>	<b>Laiks</b>	<b>Novembris</b>	<b>Atbildīgais treneris</b>
1	<b>Dzirciems</b> <b>Ābeļzieds</b> (Dzirciema iela 24)	Otrd., <b>10:00-11:30</b>	7, 14, 21, 28	Aija Romanovska 29166376
		Ceturtd., <b>10:00-11:30</b>	2, 9, 16, 23, 30	
2	<b>Pļavnieki</b> (Ilūkstes iela 28 Birzē pie bērnu laukuma)	Otrd. <b>10:00-11:30</b>	7, 14, 21, 28	Katrīna Voropāja 29659000
		Ceturtd: <b>10:00-11:30</b>	2, 9, 16, 23, 30	
		Sestd: <b>10:00-11:30</b>	4, 11, 18, 25	
3	<b>Mežciems</b> (S. Eizenšteina iela 11)	Pirmd. <b>12:30-14:00</b>	6, 13, 20, 27	Katrīna Voropāja 29659000
		Trešd. <b>12:30-14:00</b>	1, 8, 15, 22, 29	
		Piekt. <b>12:30-14:00</b>	3, 10, 17, 24	
4	<b>Ķengarags</b> Ķengaraga iela 8	Trešd. <b>18:00-19:30</b>	1, 8, 15, 22, 29	Katrīna Voropāja 29659000
		Sestd. <b>12:30-14:00</b>	4, 11, 18, 25	
5	<b>Buļļi/Bolderāja</b> (Birutas Baumanes aleja, ceļš uz jūru, autostāvvietā)	Svētd.: <b>10:00-11:30</b>	5, 12, 19, 26	Vita Visocka 29886098

6	<b>Torņkalns/ Uzvaras parks</b> (Kokles iela 6)	Svētdienās <b>10:00-11:30</b>	5, 26	Irēna Upeniece, 26157576
7	<b>Imanta</b> pie Rīgas 3 Bērnu un Jaunatnes sporta skolas Dumbrāja iela 27	Trešd. un Piekt.: <b>17:00- 18:30</b>	1, 3, 8, 10, 15, 17, 22, 24, 29	Vita Visocka 29886098
8	<b>Mežaparks</b> Meža prostp.5 (Bezmaksas au- tostāvvietā)	Svētdienās: <b>10:00-11:30</b>	12, 19, 26	Ieva Ustupa 26325371
9	<b>Grīziņkalns</b> Ata iela 5a (pie būvniecības veikala ABC)	Ceturt.: <b>18:30-20:00</b>	2, 9, 16, 23, 30	Ieva Ustupa 26325371
10	<b>Torņkalns/ Uzvaras parks</b> Uzvaras blv. 10 Pie Pepsi centra	Pirmd. un Ceturt: <b>18:30-20:00</b>	2, 6, 9, 13, 16, 20, 23, 27, 30	Gaļina Gorbatenkova, 29412801
11	<b>Teika</b> Linezera iela 3, Pie Infektoloģijas slimnīcas	Otrd.: <b>18:30-20:00</b>	7, 14, 21, 28	Ieva Ustupa 26325371
12	<b>Jugla</b> Kvēles cēla 24 pie ezera	Piekt.: <b>10:00-11:30</b>	3, 10, 17, 24	Katrīna Voropāja 29659000
		Svētd.: <b>10:00-11:30</b>	5, 12, 19, 26	Liene Visocka 20069822
13	<b>Vecmīlgrāvis</b> <b>Kultūras pils "Zie- meļblāzma"</b> (Ziemeļblāzmas iela 36)	Otrd. un Ceturt: <b>18:00-19:30</b>	2, 7, 9, 14, 16, 21, 23, 28, 30	Aija Romanovska 29166376

14	<b>Centrs Pie Kongresu nama/Kronvalda parks K.Valdemāra 5</b>	Otrd. un Ceturtd. : <b>12:15-13:45</b>	2, 7, 9, 14, 16, 21, 23, 28, 30	Māris Romanovskis 27717372
----	---	---	------------------------------------	-------------------------------

**2023. gada novembrī**

**Kontakti: [www.latfit.lv](http://www.latfit.lv); [www.sportsvisiem.lv](http://www.sportsvisiem.lv); <http://www.veseligriziniaks.lv/>**

**IEPRIEKŠĒJA PIETEIKŠANĀS PIE TRENERIEM OBLIGĀTA, JO DALĪBNIEKU SKAITS  
NODARBĪBĀS IR IEROBEŽOTS!**

**Vairāk informācijas:**

T.:29 659 000;

E-pasts: latfit@protonmail.com

Mājas lapa: [www.latfit.lv](http://www.latfit.lv);

Facebook: LatFit