



RĪGA



**Rīgas valstspilsētas pašvaldības Labklājības departamenta organizēto  
nūjošanas nodarbību grafiks  
2024. gada oktobris**

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

Nr.	Nūjošanas vieta	Laiks	Oktobris	Atbildīgais treneris
1	<b>Dzirciems</b> <b>Ābeļzieds</b> (Dzirciema iela 24)	Otrd., <b>10:00-11:30</b>	1, 8, 15, 22, 29	Aija Romanovska 29166376
		Ceturtd., <b>10:00-11:30</b>	3, 10, 17, 24, 31	
2	<b>Pļavnieki</b> (Ilūkstes iela 28 Birzē pie bērnu laukuma)	Otrd. <b>10:00-11:30</b>	1, 8, 15, 22, 29	Katrīna Voropāja 29659000
		Ceturtd: <b>10:00-11:30</b>	3, 10, 17, 24, 31	
3	<b>Ķengarags</b> Ķengaraga iela 8	Sest.. <b>12:30-14:00</b>	5, 12, 19	Katrīna Voropāja 29659000
4	<b>Bullī/Bolderāja</b> (Birutas Bau- manes aleja, ceļš uz jūru, au- tostāvvietā)	Svētd.: <b>10:00-11:30</b>	6, 13, 20, 27	Vita Visocka 29886098
5	<b>Uzvaras parks</b> (Hermaņa iela pie parka)	Svētdienās <b>10:00-11:30</b>	6, 13, 20, 27	Irēna Upeniece, 26157576
6	<b>Imanta</b> pie Rīgas 3 Bērnu un Jaunatnes sporta skolas Dumbrāja iela 27	Trešd.: <b>17:00- 18:30</b>	2, 9, 16, 23, 30	Vita Visocka 29886098



RĪGA



7	<b>Teika</b> Linezera iela 3, Pie Infektoloģijas slimnīcas	Otrd.: <b>18:30-20:00</b>	1, 8, 15, 22, 29	Ieva Ustupa 26325371
8	<b>Jugla</b> Kvēles cēla 24 pie ezera	Svētd.: <b>10:00-11:30</b>	6, 13, 20, 27	Liene Visocka 20069822
9	<b>Centrs</b> (Pie Kongresu nama/Kronvalda parks) K.Valdemāra 5	Ceturtd. : <b>12:30-14:00</b>	3, 10, 17, 24, 31	Māris Romanovskis 27717372
10	<b>Uzvaras parks</b> Uzvaras blv. 10	Ceturtd. : <b>18:30-20:00</b>	3, 10, 17, 24, 31	Gaļina Gorbatenkova 29412801
11	<b>Grīziņkalns</b> Ata iela 5a (pie būvniecības veikala ABC)	Ceturtd.: <b>18:30-20:00</b>	3, 10, 17, 24, 31	Ieva Ustupa 26325371
12	<b>Mežciems</b> ( S. Eizenšteina iela 11)	Trešd. <b>12:30-14:00</b>	2, 9, 16, 23, 30	Katrīna Voropāja 29659000

**Rīgas valstspilsētas pašvaldības Labklājības departamenta organizēto  
nūjošanas nodarbību grafiks  
2024. gada oktobrī**

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

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

**Vairāk informācijas:**

T.:29 659 000;

E-pasts: [latfit@protonmail.com](mailto:latfit@protonmail.com)

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

Facebook: LatFit