



Projekta "Esi vesels Siguldas novadā!" (Nr.4.1.2.2/1/24/I/015)
semināru/mācību/citu pasākumu grafiks 2026.gada _____ novembra _____ mēnesim

Nr.p.k.	Sākuma datums (dd.mm.gggg.)	Beigu datums (dd.mm.gggg.)	Ilgums (st.)	Norises laiks (plkst.no-līdz)	Istenošanas vieta (adrese vai tīmekļa vietnes adrese)	Nosaukums	Piezīmes
Fizisko aktivitāšu nodarbības							
SIGULDA							
1	14.11.2026.	14.11.2026.	1	11.00-12.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Peldēšanas nodarbība cilvēkiem ar garīga rakstura invaliditāti	
2	28.11.2026.	28.11.2026.	1	11.00-12.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Peldēšanas nodarbība cilvēkiem ar garīga rakstura invaliditāti	
3	06.11.2026.	06.11.2026.	1	11.00-12.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība cilvēkiem ar garīga rakstura invaliditāti	
4	20.11.2026.	20.11.2026.	1	11.00-12.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība cilvēkiem ar garīga rakstura invaliditāti	
5	14.11.2026.	14.11.2026.	1	13.00-14.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Fitnessa nodarbības maznodrošinātajiem	Dalībnieku loks var tikt paplašināts, ja ir vietas
6	28.11.2026.	28.11.2026.	1	13.00-14.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Fitnessa nodarbības maznodrošinātajiem	Dalībnieku loks var tikt paplašināts, ja ir vietas
7	07.11.2026.	07.11.2026.	1	10.00-11.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	VFS nodarbība	
8	21.11.2026.	21.11.2026.	1	10.00-11.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	VFS nodarbība	
9	01.11.2026.	01.11.2026.	1	16.00-17.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība senioriem baseinā	

10	08.11.2026.	08.11.2026.	1	16.00-17.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība senioriem baseinā	
11	15.11.2026.	15.11.2026.	1	16.00-17.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība senioriem baseinā	
12	22.11.2026.	22.11.2026.	1	16.00-17.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība senioriem baseinā	
	29.11.2026.	29.11.2026.	1	16.00-17.00.	Siguldas Sporta centrs, A.Kronvalda 7A, Sigulda	Vingrošanas nodarbība senioriem baseinā	
					Fischer Slēpošanas centrs, Puķu 4, Sigulda	Slēpošanas nodarbība	
MĀLPILS							
13	08.11.2026.	08.11.2026.	1	12.00-13.00.	Mālpils Sporta centrs, Sporta iela 1, Mālpils	VFS nodarbība	
14	28.11.2026.	28.11.2026.	1	12.00-13.00.	Mālpils Sporta centrs, Sporta iela 1, Mālpils	VFS nodarbība	
15	08.11.2026.	08.11.2026.	1	18.00-19.00.	Mālpils Sporta centrs, Sporta iela 1, Mālpils	Ūdens nodarbības senioriem	
16	22.11.2026.	22.11.2026.	1	18.00-19.00.	Mālpils Sporta centrs, Sporta iela 1, Mālpils	Ūdens nodarbības senioriem	
ALLAŽI							
17	08.11.2026.	08.11.2026.	1	13.30-14.30.	Allažu Sporta centrs, Skolas iela 5, Allaži	VFS nodarbība	
18	28.11.2026.	28.11.2026.	1	13.30-14.30.	Allažu Sporta centrs, Skolas iela 5, Allaži	VFS nodarbība	
MORE							
19	08.11.2026.	08.11.2026.	1	9.00-10.00.	Mores Tautas nams, Siguldas iela 13, More	VFS nodarbība	
20	28.11.2026.	28.11.2026.	1	9.00-10.00.	Mores Tautas nams, Siguldas iela 13, More	VFS nodarbība	
JŪDAŽI							
21	08.11.2026.	08.11.2026.	1	10.30-11.30.	Jūdažu sabiedriskais centrs, Jūdaži, Siguldas pagasts	VFS nodarbība	
22	28.11.2026.	28.11.2026.	1	10.30-11.30.	Jūdažu sabiedriskais centrs, Jūdaži, Siguldas pagasts	VFS nodarbība	
LĒDURGA							
23	07.11.2026.	07.11.2026.	1	11.00-12.00.	Lēdurgas Sporta centrs, Skola, Lēdurga, Lēdurgas pagasts	VFS nodarbība	

24	21.11.2026.	21.11.2026.	1	11.00-12.00.	Lēdurgas Sporta centrs, Skola, Lēdurga, Lēdurgas pagasts	VFS nodarbība	
INCIEMS							
25	07.11.2026.	07.11.2026.	1	9.30-10.30.	Sporta un atpūtas centrs "Namiņš", Inciems, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
26	21.11.2026.	21.11.2026.	1	9.30-10.30.	Sporta un atpūtas centrs "Namiņš", Inciems, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
RAGANA							
27	11.11.2026.	11.11.2026.	1	18.30-19.30.	Krimuldas Sporta centrs, Skolas iela 11A, Ragana, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
28	25.11.2026.	25.11.2026.	1	18.30-19.30.	Krimuldas Sporta centrs, Skolas iela 11A, Ragana, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
	08.11.2026.	08.11.2026.	1	15.00-16.00.	Krimuldas Sporta centrs, Skolas iela 11A, Ragana, Krimuldas pagasts	Ūdens nodarbības senioriem	Atsāksies novembrī
	22.11.2026.	22.11.2026.	1	15.00-16.00.	Krimuldas Sporta centrs, Skolas iela 11A, Ragana, Krimuldas pagasts	Ūdens nodarbības senioriem	Atsāksies novembrī
INČUKALNS							
29	03.11.2026.	03.11.2026.	1	19.00-20.00.	Inčukalna Sporta centrs, Zvaigžņu iela 2A, Inčukalns	VFS nodarbība	
30	17.11.2026.	17.11.2026.	1	19.00-20.00.	Inčukalna Sporta centrs, Zvaigžņu iela 2A, Inčukalns	VFS nodarbība	
31	08.11.2026.	08.11.2026.	1	16.30-17.30.	Inčukalna Sporta centrs, Zvaigžņu iela 2A, Inčukalns	Ūdens nodarbības senioriem	
32	22.11.2026.	22.11.2026.	1	16.30-17.30.	Inčukalna Sporta centrs, Zvaigžņu iela 2A, Inčukalns	Ūdens nodarbības senioriem	
SUNĪŠI							
33	04.11.2026.	04.11.2026.	1	19.00-20.00.	Sunīšu kopienas māja, Sunīši, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
					Sunīšu kopienas māja, Sunīši, Krimuldas pagasts	VFS nodarbība	
Vecāku grupu nodarbības "Ceļvedis audzinot pusaudzi"							

35	04.11.2026.	04.11.2026.	3	18.00-21.00.	Rīgas iela 1, Sigulda	Vecāku grupu nodarbības "Ceļvedis audzinot pusaudzi"	
36	11.11.2026.	11.11.2026.	3	18.00-21.00.	Rīgas iela 1, Sigulda	Vecāku grupu nodarbības "Ceļvedis audzinot pusaudzi"	
37	25.11.2026.	25.11.2026.	3	18.00-21.00.	Rīgas iela 1, Sigulda	Vecāku grupu nodarbības "Ceļvedis audzinot pusaudzi"	
Reproduktīvās veselības nodarbības izglītības iestādēs							
	09.11.2026.	09.11.2026.	1,5 +1,5	8.45-10.15.	Krimuldas vidusskola, Skolas iela 11, Ragana, Krimuldas pagasts		3 nodarbības,atsevišķi zēmiem un meitenēm
	09.11.2026.	09.11.2026.	1,5 +1,5	10.25-12.10.	Krimuldas vidusskola, Skolas iela 11, Ragana, Krimuldas pagasts		2 nodarbības,atsevišķi zēmiem un meitenēm
	06.11.2026.	06.11.2026.	1,5 +1,5	8.30-10.00.	Inčukalna pamatskola, Zvaigžņu iela 2, Inčukalns, Inčukalna pagasts		1 nodarbības,atsevišķi zēmiem un meitenēm
	06.11.2026.	06.11.2026.	1,5 +1,5	10.15-11.45.	Inčukalna pamatskola, Zvaigžņu iela 2, Inčukalns, Inčukalna pagasts		0 nodarbības,atsevišķi zēmiem un meitenēm
	06.11.2026.	06.11.2026.	1,5 +1,5	12.15-13.45.	Inčukalna pamatskola, Zvaigžņu iela 2, Inčukalns, Inčukalna pagasts		1 nodarbības,atsevišķi zēmiem un meitenēm
	06.11.2026.	06.11.2026.	1,5 +1,5	16.00 - 17.30	Siguldas novada Jaunrades centrs, Raiņa iela 3, Sigulda		2 nodarbības,atsevišķi zēmiem un meitenēm