Elejas vidusskolas sporta zāles treniņu grafiks 2026./27.g.

Laiks	Dienas						
	Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena	Sestdiena	Svētdiena
7.30 – 15.00		Sporta stundas Sandra Avota. Oskars Tanana-Lejeva	Sporta stundas Sandra Avota, Oskars Tanana-Lejeva	Sporta stunda Sandra Avota, Oskars Tanana-Lejeva	Sporta stundas Sandra Avota, Oskars Tanana-Lejeva	Sacensību diena	Sacensību diena
14.00-15.00		Sporta pulciņš Sandra Avota	Sporta pulciņš Sandra Avota	Sporta pulciņš Sandra Avota	Sporta pulciņš Sandra Avota		
15.00 – 18.00	Regbija treniņš Sandra Avota	Regbija treniņš Sandra Avota	Regbija treniņš Sandra Avota	Regbija treniņš Sandra Avota	Regbija treniņš Sandra Avota		
18.30 - 19.30				VINGROŠANA			
19.00-21.00	Sporta spēles	Sporta spēles	Sporta spēles	Sporta spēles	Sporta spēles		
19.00-22.00					Katra mēneša 3. piektdiena strītbola, volejbola turnīrs 19.00 (septembris-augusts)		Attālināto turnīru kopsavilkums katru svētdienu – strava.com aplikācijā – skriešana, iešana (jūsu aktivitāte), 10h, cope, zolīte
10.00-18.00							Katra mēneša 2. un 4. svētdienā ZOLĪTES turnīrs 10.00 (septembris, aprīlis)

Individuālas nodarbības:

- Trenažieru zāle – remonts

Sakarā ar ierobežojumiem viss var mainīties!

Visi, kuri vēlas iesaistīties sporta aktivitātēs, iepriekš piesakoties, ir laipni gaidīti Elejas vidusskolas sporta zālē!

Katrs pats ir atbildīgs par savu veselības stāvokli sporta zālē!!!!!!

Līdz 18 gadu vecumam ir atbildīgi vecāki!!!

Sekojiet informācijai (pie sporta zāles durvīm) – 1x-2x mēnesī piektdiena, sestdiena, svētdiena sacensības Elejas vidusskolas sporta zālē!!!

Info: Inga Knope 29669395

Sporta zālē drīkst ienākt tikai sporta (maiņas - tīros) apavos!!!

Sporta zālē kategoriski aizliegts ienest ēdienus, dzērienus!!!

Paldies par sapratni!!!

Inga 29669395