

MJIC "KVARTĀLS" TELPU NOSLOGOJUMS
2025. gads

LAIKS	PIRMDIENA		OTRDIENA		TREŠDIENA		CETURTDIENA		PIEKTDIENA		LAIKS
13.00 - 14.00											13.00 - 14.00
14.00 - 14.30											14.00 - 14.30
14.30 - 15.00											14.30 - 15.00
15.00 - 15.15											15.00 - 15.15
15.15 - 15.30											15.15 - 15.30
15.30 - 15.45											15.30 - 15.45
15.45 - 16.00											15.45 - 16.00
16.00 - 16.15	TAEKWON-DO* T. Novosjolova 16:00 - 18:30				TAEKWON-DO* T. Novosjolova 16:00 - 18:30						16.00 - 16.15
16.15 - 16.30											16.15 - 16.30
16.30 - 16.45											16.30 - 16.45
16.45 - 17.00											16.45 - 17.00
17.00 - 17.20											17.00 - 17.15
17.30 - 17.45		JOGA & MEDITĀCIJA Rita Stafescka 17:30 - 19:00									17.30 - 17.45
17.45 - 18.00											17.45 - 18.00
18.00 - 18.15				DEJAS JAUNIEŠIEM Evita Tentere 18:00 - 19:00					18.00 - 18.15		
18.15 - 18.30									18.15 - 18.30		
18.30 - 18.45											18.30 - 18.45
18.45 - 19.00											18.45 - 19.00
19.00 - 19.15			GALDA TENISS 18:00 - 21.00		DEJAS JAUNIEŠIEM Evita Tentere 19:00 - 20:00				GALDA TENISS 18:00 - 21.00		19.00 - 19.15
19.15 - 19.30	AEROBIKA Aleksandra Isate 19:15 - 20:15										19.15 - 19.30
19.30 - 19.45		AEROBIKA Daiga Golubeva 19:30-20:30		AEROBIKA Aleksandra Isate 19:15 - 20:15	AEROBIKA Aleksandra Isate 19:15 - 20:15	AEROBIKA Daiga Golubeva 19:30-20:30		19.30 - 19.45			
19.45 - 20.00								19.45 - 20.00			
20.00 - 20.15								20.00 - 20.15			
20.15 - 20.30										20.15 - 20.30	
20.30 - 20.45											20.30 - 20.45
20.45 - 21.00										20.45 - 21.00	

LIELĀ SPOGUĻZĀLE	MAZĀ SPOGUĻZĀLE	APMĀCĪBU TELPA
------------------	-----------------	----------------

MJIC "KVARTĀLS" TELPU NOSLOGOJUMS
2024. gads

LAIKS	PIRMDIENA		OTRDIENA		TREŠDIENA		CETURTDIENA		PIEKTDIENA			LAIKS
13.00 - 14.00												13.00 - 14.00
14.00 - 14.30												14.00 - 14.30
14.30 - 15.00												14.30 - 15.00
15.00 - 15.15												15.00 - 15.15
15.15 - 15.30												15.15 - 15.30
15.30 - 15.45												15.30 - 15.45
15.45 - 16.00												15.45 - 16.00
16.00 - 16.15	TAEKWON-DO* T. Novosjolova 16:00 - 18:30		HIP-HOP 16:00 - 20:00		TAEKWON-DO* T. Novosjolova 16:00 - 18:30							16.00 - 16.15
16.15 - 16.30												16.15 - 16.30
16.30 - 16.45												16.30 - 16.45
16.45 - 17.00												16.45 - 17.00
17.00 - 17.20												17.00 - 17.15
17.30 - 17.45		JOGA & MEDITĀCIJA Rita Stafescka 17:30 - 19:00										17.30 - 17.45
17.45 - 18.00												17.45 - 18.00
18.00 - 18.15				AEROBIKA Kristīne Sulaine 18:00 - 19:00	AEROBIKA Daiga Golubeva 17:30 - 18:30	AEROBIKA Kristīne Sulaine 18:00 - 19:00	VĒDERDEJOŠANA V. Dmitrijeva 18:00 - 19:00	Biedrība "Solistv"	18.00 - 18.15			
18.15 - 18.30												18.15 - 18.30
18.30 - 18.45									18.30 - 18.45			
18.45 - 19.00	AEROBIKA Aleksandra Isate 18:45 - 19:45		AEROBIKA Kristīne Sulaine 18:30 - 19:30				18.45 - 19.00					
19.00 - 19.15							19.00 - 19.15					
19.15 - 19.30			DEJAS JAUNIEŠIEM Evita Tentere 19:00 - 20:00		AEROBIKA Aleksandra Isate 19:00 - 20:00		19.15 - 19.30					
19.30 - 19.45									19.30 - 19.45			
19.45 - 20.00			AEROBIKA Aleksandra Isate 19:45 - 20:45	VĒDERDEJOŠANA V. Dmitrijeva 19:15 - 20:15			GALDA TENISS 18:00 - 20:45		AEROBIKA Kristīne Sulaine 19:15 - 20:15	19.45 - 20.00		
20.00 - 20.15	AEROBIKA Daiga Golubeva 20:00 - 20:45											
20.15 - 20.30									20.15 - 20.30			
20.30 - 20.45									20.30 - 20.45			
20.45 - 21.00											20.45 - 21.00	



LIELĀ SPOGUĻZĀLE

MAZĀ SPOGUĻZĀLE



APMĀCĪBU TELPA



* NODARBĪBAS BĒRNIEM UN JAUNIEŠIEM

** NODARBĪBAS PIEMĒROTAS ARĪ JAUNIEŠIEM

MJIC "KVARTĀLS" TELPU NOSLOGOJUMS
2023. gada no Oktobra

LAIKS	PIRMDIENA			OTRDIENA		TREŠDIENA			CETURTDIENA		PIEKTDIENA			LAIKS	
13.00 - 14.00														13.00 - 14.00	
14.00 - 14.30														14.00 - 14.30	
14.30 - 15.00														14.30 - 15.00	
15.00 - 15.15														15.00 - 15.15	
15.15 - 15.30														15.15 - 15.30	
15.30 - 15.45														15.30 - 15.45	
15.45 - 16.00														15.45 - 16.00	
16.00 - 16.15	TAEKWON-DO* T. Novosjolova 16:00 - 18:30			HIP-HOP 16:00 - 20:00		TAEKWON-DO* T. Novosjolova 16:00 - 18:30								16.00 - 16.15	
16.15 - 16.30														16.15 - 16.30	
16.30 - 16.45														16.30 - 16.45	
16.45 - 17.00														16.45 - 17.00	
17.00 - 17.20		JOGA & MEDITĀCIJA Rita Stafescka 17:00 - 19:00													17.00 - 17.15
17.20 - 17.30															17.15 - 17.30
17.30 - 17.45															17.30 - 17.45
17.45 - 18.00															17.45 - 18.00
18.00 - 18.15													18.00 - 18.15		
18.15 - 18.30													18.15 - 18.30		
18.30 - 18.45													18.30 - 18.45		
18.45 - 19.00													18.45 - 19.00		
19.00 - 19.15	AEROBIKA Aleksandra Isate 19:00 - 20:00												19.00 - 19.15		
19.15 - 19.30		JOGA Valentīna Kurkova 19:15 - 20:45										Biedrība "Solistv"	19.15 - 19.30		
19.30 - 19.45											19.30 - 19.45				
19.45 - 20.00											19.45 - 20.00				
20.00 - 20.15											20.00 - 20.15				
20.15 - 20.30	AEROBIKA Daiga Golubeva 20:10 - 20:50												20.15 - 20.30		
20.30 - 20.45													20.30 - 20.45		
20.45 - 21.00													20.45 - 21.00		



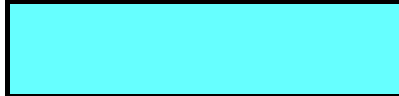
LIELĀ SPOGUĻZĀLE



MAZĀ SPOGUĻZĀLE



APMĀCĪBU TELPA



CITAS TELPAS

* NODARBĪBAS BĒRNIEM UN JAUNIEŠIEM

** NODARBĪBAS PIEMĒROTAS ARĪ JAUNIEŠIEM

MJIC "KVARTĀLS" TELPU NOSLOGOJUMS
2022. gada no SEPTEMBRA

LAIKS	PIRMDIENA			OTRDIENA		TREŠDIENA			CETURTDIENA		PIEKTDIENA			LAIKS		
13.00 - 14.00														13.00 - 14.00		
14.00 - 14.30														14.00 - 14.30		
14.30 - 15.00														14.30 - 15.00		
15.00 - 15.15														15.00 - 15.15		
15.15 - 15.30														15.15 - 15.30		
15.30 - 15.45														15.30 - 15.45		
15.45 - 16.00														15.45 - 16.00		
16.00 - 16.15	TAEKWON-DO* T. Novosjolova			HIP-HOP										16.00 - 16.30		
16.15 - 16.30																
16.30 - 16.45						TAEKWON-DO* T. Novosjolova									16.30 - 16.45	
16.45 - 17.00															16.45 - 17.00	
17.00 - 17.20		TAEKWON-DO* T. Novosjolova													17.00 - 17.15	
17.20 - 17.30	JOGA Rita													17.15 - 17.30		
17.30 - 17.45														17.30 - 17.45		
17.45 - 18.00															17.45 - 18.00	
18.00 - 18.15				HIP-HOP										18.00 - 18.15		
18.15 - 18.30							TAEKWON-DO* T. Novosjolova								18.15 - 18.30	
18.30 - 18.45															18.30 - 18.45	
18.45 - 19.00						AEROBIKA Sulaine									18.45 - 19.00	
19.00 - 19.15											AEROBIKA Sulaine				19.00 - 19.15	
19.15 - 19.30	AEROBIKA A.Isate	JOGA Valentīna				GALDA TENISS						GALDA TENISS			19.15 - 19.30	
19.30 - 19.45														19.30 - 19.45		
19.45 - 20.00														19.45 - 20.00		
20.00 - 20.15							AEROBIKA A. Isate				AEROBIKA A.Isate		JOGA Valentīna			
20.15 - 20.30																20.15 - 20.30
20.30 - 20.45																
20.45 - 21.00														20.45 - 21.00		



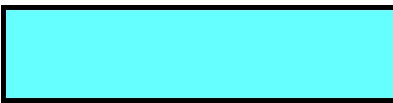
LIELĀ SPOGUĻZĀLE



MAŽĀ SPOGUĻZĀLE



APMĀCĪBU TELPA



CITAS TELPAS

* NODARBĪBAS BĒRNIEM UN JAUNIEŠIEM

** NODARBĪBAS PIEMĒROTAS ARĪ JAUNIEŠIEM

JIC "KVARTĀLS" TELPU NOSLOGOJUMS
2019. gada MAIJĀ

LAIKS	PIRMDIENA		OTRDIENA		TREŠDIENA		CETURTDIENA			PIEKTDIENA		LAIKS		
9.00 - 10.00											BIBLIOTĒKA <i>(katra otrā piektdiena)</i>	9.00 - 10.00		
10.00 - 11.00					ZEMESSARDZES ATBALSTA PUNKTS V. Šņepsts <i>(no 20. februāra katra mēneša otrā un ceturtdā trešdiena)</i>							10.00 - 11.00		
11.00 - 12.00												11.00 - 12.00		
12.00 - 13.00			"BALTĀ MĀJA" DIENAS CENTRS									12.00 - 13.00		
13.00 - 14.00												13.00 - 14.00		
14.00 - 14.30												14.00 - 14.30		
14.30 - 15.00										HIP-HOP DEJAS* (LBJC) J. Butorins		14.30 - 15.00		
15.00 - 15.15												15.00 - 15.15		
15.15 - 15.30												15.15 - 15.30		
15.30 - 15.45												15.30 - 15.45		
15.45 - 16.00											15.45 - 16.00			
16.00 - 16.30											16.00 - 16.30			
16.30 - 16.45	TAEKWON-DO* <i>lielā grupa</i> T. Novosjolova				TAEKWON-DO* <i>lielā grupa</i> T. Novosjolova						16.30 - 16.45			
16.45 - 17.00											16.45 - 17.00			
17.00 - 17.30											17.00 - 17.30			
17.30 - 18.00											17.30 - 18.00			
18.00 - 18.15	ĀRSTNIECISKĀ VINGROŠANA <i>Veselības projekts - bezmaksas</i> K. Grāvere	TAEKWON-DO* <i>mazā grupa</i> T. Novosjolova			KARSĒJMEITENES* V. Rozenšteine		KARSĒJMEITENES* V. Rozenšteine		AEROBIKA K. Bekeša	17.20 - 18.20 LATIN FITNESS <i>(Katru otro nedēļu no 17.05.)</i> A. Z. Ramirez (Kuba)		18.00 - 18.15		
18.15 - 18.30								18.15 - 18.30						
18.30 - 18.45								18.30 - 18.45						
18.45 - 19.00								18.45 - 19.00						
19.00 - 19.15					GALDA TENISS P. Koņuhovs		VINGROŠANA <i>Veselības projekts - bezmaksas</i> A. Isate		FUNKCIONĀLAIS TREIŅŠ** E. Rumjanceva	GALDA TENISS P. Koņuhovs	VĒDERDEJAS A.Supe	19.00 - 19.15		
19.15 - 19.30		FUNKCIONĀLAIS TREIŅŠ** E. Rumjanceva	AEROBIKA A. Isate	JOGA V. Kurkova								19.15 - 19.30		
19.30 - 19.45	AEROBIKA A. Isate					JOGA V. Kurkova						19.30 - 19.45		
19.45 - 20.00												19.45 - 20.00		
20.00 - 20.15								20.00 - 20.15						
20.15 - 20.30					20.15 - 20.30									
20.30 - 20.45											20.30 - 20.45			

APMĀCĪBU TELPA

CITAS TELPAS

LIELĀ SPOGUĻZĀLE

MAZĀ SPOGUĻZĀLE

FUTBOLA STADIONS (LABĀ LAIKĀ)

* NODARBĪBAS BĒRNIEM UN JAUNIEŠIEM ** NODARBĪBAS PIEMĒROTAS ARĪ JAUNIEŠIEM

JIC "KVARTĀLS" TELPU NOSLOGOJUMS
2019. gada AUGUSTĀ

LAIKS	PIRMDIENA		OTRDIENA	TREŠDIENA	CETURTDIENA		PIEKTDIENA		LAIKS		
10.00 - 11.00				ZEMESSARDZES ATBALSTA PUNKTS V. Šņepsts (katra mēneša otrā un ceturtdā trešdiena)					10.00 - 11.00		
11.00 - 12.00									11.00 - 12.00		
12.00 - 13.00			"BALTĀ MĀJA" DC						12.00 - 13.00		
13.00 - 14.00									13.00 - 14.00		
14.00 - 14.30									14.00 - 14.30		
14.30 - 15.00									14.30 - 15.00		
15.00 - 15.15									15.00 - 15.15		
15.15 - 15.30									15.15 - 15.30		
15.30 - 15.45									15.30 - 15.45		
15.45 - 16.00									15.45 - 16.00		
16.00 - 16.30									16.00 - 16.30		
16.30 - 16.45									16.30 - 16.45		
16.45 - 17.00									16.45 - 17.00		
17.00 - 17.20									17.00 - 17.20		
17.20 - 17.30								LATIN FITNESS (Katru otro nedēļu) A. Z. Ramirez (Kuba)	17.20 - 17.30		
17.30 - 18.00		DEJAS BĒRNIEM* 8-12 g.v. Veselības projekts V. Rozenšteine		DEJAS BĒRNIEM* 8-12 g.v. Veselības projekts V. Rozenšteine					17.30 - 18.00		
18.00 - 18.20	ĀRSTNIECISKĀ VINGROŠANA Veselības projekts K. Grāvere			GALDA TENISS P. Koņuhovs			AEROBIKA K. Bekeša	GALDA TENISS P. Koņuhovs	18.00 - 18.20		
18.20 - 18.30			AEROBIKA K. Bekeša						18.20 - 18.30		
18.30 - 18.45						VINGROŠANA Veselības projekts - bezmaksas A. Isate sliktos laikapstākļos			VINGROŠANA Veselības projekts - bezmaksas A. Isate labos laikapstākļos	18.30 - 18.45	
18.45 - 19.00									18.45 - 19.00		
19.00 - 19.15			AEROBIKA A. Isate					VĒDERDEJAS A.Supe	19.00 - 19.15		
19.15 - 19.30									19.15 - 19.30		
19.30 - 19.45									19.30 - 19.45		
19.45 - 20.00									19.45 - 20.00		
20.00 - 21.00									20.00 - 21.00		

* NODARBĪBAS BĒRNIEM UN JAUNIEŠIEM

CITAS TELPAS

LIELĀ SPOGUĻZĀLE

MAZĀ SPOGUĻZĀLE

FUTBOLA STADIONS (LABĀ LAIKĀ)