

Klīnika Dzintari Nodarbību grafiks/ Izmaiņas nodarbībās2024

Par iespēju pierakstīties uz nodarbībām zvanīt uz reģistratūru 67147833

	21,10,	22,10,	23,10,	24,10,	25,10,
	I	II	III	IV	V
Streching	10,10-10,50		10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	9.20-10.00 10,10,-10,50	10.00-10.40 13.15-14.00		9.20-10.00 10,10,-10,50	
Nūjošana					
Ārstnieciskā vingrošana			14,10-14,55		9,30-10,15
Joga				12,00-13,00	
Uztura ietekme uz mentālo veselību			9,00-10,00		
Grupās terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas					9,30-11,00
Apziņas aktivizācijas (Autogēnais) treniņš				12,30-13,30	
Geštalterapija					
Stresa menedžments teorētiskā daļa	14.00-15.00				
				14,00-15,00	
Drāmas terapija	10,00-12,00		10.30-12.30	10.00-12.00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija			15,30-16,45		11.30-13.30
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		

	28,10,	29,10,	30,10,	31,10,	01,11,
	I	II	III	IV	V
Streching	10,10-10,50		10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	9.20-10.00	10.00-10.40 13.15-14.00		9.20-10.00	9:30-10:15 10.30-11.15
Nūjošana					11.30-12.15
Ārstnieciskā vingrošana			14,10-14,55		
Joga				12,00-13,00	
Emocionālā ēšana un tās pārvaldīšana			9,00-10,00		
Grupās terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					9,30-11,00
Apziņas aktivizācijas (Autogēnais) treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštalterapija		10,45-12,45			
Stresa menedžments praktiskā daļa	14.00-15.00				
Konflikti				14,00-15,00	
Drāmas terapija	10,00-12,00	13,00-15,00	10.30-12.30		
Vizuāli plastiskās mākslas terapija			15,30-16,45		11.30-13.30
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		

	04,11,	05,11,	06,11,	07,11,	08,11,
	I	II	III	IV	V
Streching	10,10-10,50			10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	9.20-10.00 10,10,-10,50	10.00-10.40 13.15-14.00	10.40-11.20	9.20-10.00	9:30-10:15 10.30-11.15
Nūjošana					11.30-12.15
Ārstnieciskā vingrošana			14,10-14,55		
Joga				12,00-13,00	
Uzturs un miegs			9,00-10,00		
Grupās terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					9,30-11,00

Apziņas aktivizācijas (Autogēnais) treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštaltterapija		10,45-12,45			
Stresa menedžments praktiskā daļa	14.00-15.00				
Emocionālā inteliģence				14.00-15.00	
Drāmas terapija	10,00-12,00	13,00-15,00	10.30-12.30		
Vizuāli plastiskās mākslas terapija			15,30-16,45		11.30-13.30
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		

	11,11, I	12,11, II	13,11, III	14,11, IV	15,11, V
Strechings	10,10-10,50		10.40-11.20	10,10-10,50	
Ārstnieciskā vingrošana	9.20-10.00	10.00-10.40 13.15-14.00	10.40-11.20	9.20-10.00	9:30-10:15 10.30-11.15
Nūjošana					11.30-12.15
Ārstnieciskā vingrošana			14,10-14,55		
Joga				12,00-13,00	
No trauksmes līdz harmonijai: Uzturs emocionālai un fiziskai veselībai			9,00-10,00		
Grupas terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)					9,30-11,00
Apziņas aktivizācijas (Autogēnais) treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštaltterapija		10,45-12,45			
Psiholoģiskās robežas	14.00-15.00				
Manipulācijas				14.00-15.00	
Drāmas terapija	10,00-12,00		10.30-12.30		
Vizuāli plastiskās mākslas terapija			15,30-16,45		11.30-13.30
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		
Gongas terapija	16.30-18.30				