Klīnika Dzintari Nodarbību grafiks/ Izmaiņas nodarbībās 2026

Par iespēju pierakstīties uz nodarbībām zvanīt uz reģistratūru 67147833 , kad ieslēdzas pāradresētājs, spiediet ciparu 2

	30,11,	**01,12,**	**02,12,**	**03,12,**	**04,12,**
	I	***II***	***III***	***IV***	***V***
Ārstnieciskā vingrošana			10.40-11.20	10,00-10,40	
Ārstnieciskā vingrošana	15,15-15,55	10.30-11.10 12,00-12,40		9.00-9.40	9,00-9,40
Streching	10,10-10,50	13.15-14.00	14,10-14,50		
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Emocionālā ēšana pārvaldīšana	8,45-9,45,				
Grupas terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)		10,45-12,15			
Apziņas aktivizācijas treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštaltterapija		13,15-15,15			
Stresa menedžments teorija	14,00-15,00				
Drāmas terapija	10,00-12,00		10.30-12.30	10,00-12,00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00	15,30-16,45		
Smieklu terapija					13,45-15,45,
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Sarunu terapija				15,15-16,45	
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		

	07,12,	**08,12,**	**09,12,**	**10,12,**	**11,12,**
	I	***II***	***III***	***IV***	***V***
Ārstnieciskā vingrošana			10.40-11.20	10,00-10,40	
Ārstnieciskā vingrošana	15,15-15,55	10.30-11.10 12,00-12,40		9.00-9.40	9,00-9,40
Streching	10,10-10,50	13.15-14.00	14,10-14,50		
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Uzturs un miegs	8,45-9,45,				
Grupas terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)		10,45-12,15			
Apziņas aktivizācijas treniņš		9,30-10,30		12,30-13,30	
Geštaltterapija		13,15-15,15			
Stresa menedžments prakstiskā daļa	14,00-15,00				
Drāmas terapija	10,00-12,00		10.30-12.30	10,00-12,00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00	15,30-16,45		11.30-13.30
Smieklu terapija					13,45-15,45,
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Sarunu terapija					
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		

	14,12,	**15,12,**	**16,12,**	**17,12,**	**18,12,**
	I	***II***	***III***	***IV***	***V***
Ārstnieciskā vingrošana			10.40-11.20	10,00-10,40	

Ārstnieciskā vingrošana	15,15-15,55	10.30-11.10 12,00-12,40		9.00-9.40	9,00-9,40
Streching	10,10-10,50	13.15-14.00	14,10-14,50		
Nūjošana					11,15-12,15
Joga				13,45-14,45	
Veselīgs uzturs imunitātei	8,45-9,45,				
Grupas terapija (ar kognitīvi biheiviorālās terapijas elementiem)		10,45-12,15			
Apziņas aktivizācijas treniņš				12,30-13,30	
Geštaltterapija		13,15-15,15			
Psiholoģiskās robežas	14,00-15,00				
Drāmas terapija			10.30-12.30	10,00-12,00	
Vizuāli plastiskās mākslas terapija		15,30-17,00			11.30-13.30
Smieklu terapija					13,45-15,45,
Ķermeņa relaksācija	15.15-16.15		14.15-15.15		
Sarunu terapija				15,15-16,45	
Kustību un deju terapija	12.45-13.45		13.00-14.00		