

Südamekuu 2017 üritused Põlvamaal

Kohalik omavalitsus	Ürituse nimetus	Toimumise koht	Kuupäev	Kontaktisiku ees- ja perekonnanimi	Telefon	E-post	Koduleht	Lühikirjeldus ürituse kohta
Kanepi vald	Süda ja suhkur ja liikumine	Kanepi perearsti keskus - kõnnirada	3, 7, 10, 13, 17, 21, 24, 17.04.2017	Vaike Meesak	56474903	vaike@vaikemeesak.ee		Kõnnisari - enne ja peale kõndi veresuhkru mõõtmine. Kõnnitakse 5-7 km. Kaalumine kuu alguses, aprillis kommivaba kuu
Mooste vald	Tervisehommik südame heaks	Mooste Kultuurimaja	06.04.2017	Maret aruoja	5160656	maret@mooste.ee		Loeg südamerervisest, südame teede ja vitamiinide tutvustamine, südametee maitsmine
Mooste vald	Rahvusvahelise tantsupäeva tähistamine	Mooste Kultuurimaja	28.04.2017	Maret aruoja	5160656	maret@mooste.ee		Tantsgruppide tantsukavade esitlemine, terve kuu trenn ja harjutamine, kaalumine ürituste lõpus
Põlva vald	Figuriöö 2	Põlva Spordikeskuses	07.04.2017	Reet Külaots	55634477	reettants@hotmail.ee	www.polva.ee	Erinevad treeningud Põlva spordikoolis, tervisenäitajate mõõtmine, nõustamine, veeohutus
Põlva vald	SÜDAMEKÕND	Kõnd algab Põlva rannast	22.04.2017	Eve Sökk	5147682	eve.sokk@polva.ee	www.polva.ee	Soojendus, erinevad distantsid kõndimiseks ja jooskimiseks, terviseinfo jagamine
Põlva vald	Põlva orienteerumisteisipäevakud 2017	Põlvamaal	11, 18, 25.04.2017	Nikolai Järveoja	5034368	jarveoja@gmail.com	www.kobras.polvamaa.ee	24 korda kokku (aprill kuni september) Orienteerumine Põlva matkaradadel
Põlva vald	LOENG suuhügieenist ja hammaste hooldamisest	Kähri Seltsimaja	aprill	Tiia Johanson	53495116	johansontia34@gmail.com		Suutervise ja südamererviseseos
Räpina vald	Meeste tervisepäev	Räpina	kuupäev täpsustamisel	Miia-Kersti Sultsmann	5157760	mia@rapinahaigla.ee		Lektor tutvustab tervisliku toitumise põhimõtteid, jagab soovitusi menüü osas, selgitab koduse sportliku tegevuse võimalusi
Räpina vald	Naiste tervisepäev	Räpina	19.04.2017	Miia-Kersti Sultsmann	5167760	mia@rapinahaigla.ee		Lektor tutvustab tervisliku toitumise põhimõtteid, jagab soovitusi menüü osas, selgitab koduse sportliku tegevuse võimalusi, lisaks antakse lühike aeroobika koolitus
Valgjärve vald	Liikumispäev pere südamerütmis	Saverna Külakeskuses	aprill (2 päeval) täpsustamisel	Inge Tamm	53445769	inge.tamm@gmail.com	https://valgjarve.kovtp.ee/	Tantsupäev ja toitumise päev kogukonnale
Ahja vald	Jüripäeva teatejooks	Ahja keskus	25.04.2017	Piret Palm, Külli Vardja	5114382	anoortekas@gmail.com		Liigume ja naudime kogukonnale pühendatud jüripäeva
Ahja vald	RMK ja Kaitsejõudude matkapäev		30.04.2017	Piret Palm				Noortega matkatarkusi avastamas ja südamerervisese eest hoolt kandamas
Ahja vald	Pilatese treeningtund ja loeng	Ahja Spordihoone	11.04.2017	Ülle Saar	7993970	ylle@ahja.ee	http://www.ahja.ee	Loeng liikumise vajalikkusest ja treening
Värskas	Värskas orienteerumiseljapäevak	Tonja küla	06.04.2017	Rein Zaitsev	5134782	rein.zaitsev@mail.ee	http://www.verska.ee/kalender	Orienteerumine Tonja metsas
Värskas	Setomaa lahtised karikavõistlused ujumises	Värskas	09.04.2017	Värskas Veekeskus	7999334	veekeskus@spavarska.ee	http://www.verska.ee/kalender	Võitlused toimuvad 25m basseinis kolmel rajal
Värskas	XXVI Peko kevad	Obinitsa	15.04.2017	Raul Kudre	5134782	raul@verska.ee	http://www.verska.ee/kalender	Orienteerumine Obinitsas
Värskas	XXVI Peko Kevad	Obinitsa	16.04.2017	Raul Kudre	5256695	raul@verska.ee	http://www.verska.ee/kalender	Orienteerumine Obinitsas
Värskas	Värskas orienteerumiseljapäevak	Tornimäe	20.04.2017	Rein Zaitsev	5134782	rein.zaitsev@mail.ee	http://www.verska.ee/kalender	Orienteerumine Tornimäel
Värskas	Jüriöö jooks	Värskas alevik	20.04.2017	Anneli Läht	58162820	annelilatt@gmail.com	http://www.verska.ee/kalender	Tõrvikutega jooks Värskas alevikus
Värskas	Südamekuu liikumisüritus	Värskas	28.04.2017	Marija Jurtin	5291619	kultuurikeskus@verska.ee	http://www.verska.ee/kalender	Tervisekõnd Värskas Lobotkasse ja tagasi, erinevad tegevused rajal, terviseetmaline loeng, tervislikud kõõgiljaampsud.