



## Ujumise Spordiklubi suvelaager Otepääl, Valgamaal 01.-10. augustil 2018

Treener Annelii Jaali treeningrühma uue hooaja avalaager

- Väljasõit laagrisse: Aura Keskuse eest kolmapäeval, **01. augustil kl 10.00** tellitud bussiga
- Tagasisõit Sihvalt **10. Augustil, reedel**, peale hommikust treeningut, ca kl 11.30
  - Elamine Pühajärve Põhikoolis, Sihval
  - Toitlustamine 3 korda päevas (ametliku laagrite toitlustaja poolt)
- **Kaasa võtta:**
  - Magamistarbed:
    - täispuhutav madrats vm. magamisalus
    - magamiskott + padi
  - Treeningriided iga ilma jaoks, nii sisetingimustesse (saal, ujula) kui välja
    - 2 paari spordijalanõusid
    - T-särgid
      - 1 T-särk USKi poolt
    - Lühikesed püksid
    - Dressid
    - Kilejope
    - Aluspesu, sokid
    - Müts
    - Ujumisvahendid (trixsid-püksid-prillid-ujumismüts)
    - Käterätikud
      - Otepääl laagerdajatele USKi saunalina 50% soodusega = 5 EUR
  - Hügeenitarbed
    - Hambahari, -pasta, šampoon ...
  - Rõõmus meel, tahe paremaks saada 😊
- **Tegevused:**
  - mitmekülgsed treeningud nii kuival kui vees (s.j. Pühajärve ujulas jahedamate ilmade korral)

10-päevase laagri õppemaks 150 EUR:

- Soovitatav maksta laagrisse saabumisel sulas treener Annelii kätte,
- või tasuda Ujumise Spordiklubi a/a-le
  - Ujumise Spordiklubi a/a: EE632200221025128610 /Swedbank/
  - selgituseks: lapse nimi, treener Annelii, Otepäa laager 2018.

Laagrisse võimalik vanematel külla tulla pühapäeval, 5. Augustil peale lõunat teistel päevadel tegeleb lastega treener

Oled laagrisse oodatud!

[www.ujumine.ee/](http://www.ujumine.ee/)

Kontakt ja lisainfo:

Annelii Jaal: 555 870 89, [annelii@jaal.ee](mailto:annelii@jaal.ee)/ [annelii@ujumine.ee](mailto:annelii@ujumine.ee)

Kaja Haljaste: 511 78 39, [kaja.haljaste@ut.ee](mailto:kaja.haljaste@ut.ee)