



Ujumise Spordiklubi suvelaager Käärikul 8.-12. august 2022

Sportlik suvelaager, kus rohkesti erinevaid üritusi ja isetegevusrõõmu! 😊

Väljasõit laagrisse: esmaspäeval, 8. augustil kl 12.00 Aura Keskuse eest.
Tagasi Tartus reedel, 12. augustil kl 14.00. Käärikult väljasõit kl 13.00.

- Elamine Kääriku hotellis
 - voodipesu kohapeal olemas.
- Toitlustamine 3 x päevas.
- Tegevused:
 - igapäevased treeningud:
 - ujumised, pallimängud, võimlemised, matkad, jooksud,
 - õhtused üritused ja isetegevus.
- Laagrisse on oodatud kuni 14. aastased (k.a.) lapsed.
- Laagri õppemaks 180 EUR
 - broneerimise kinnituseks tasuda I osamakse - 60 EUR (broneeringu tasu ei kuulu tagastamisele)
 - II osamakse - 120 EURi tasumise tähtaeg 1.august 2022

Kääriku laagri treenerid:

- Diana Kutsareva – 534 88 332 -diana@ujumine.ee
- Hanna-Maria Kukk – 56924233 – hanna@ujumine.ee
- Helerin Koppel – 59098447 - helerin@ujumine.ee
- Irina Pani – 55606851 - irina@ujumine.ee
- Liisa Lodi – 53935212 - liisa@ujumine.ee
- Marie Lindepuu – 53043555 - marie@ujumine.ee
- Mart Leo Ruus – 5516024 - mart@ujumine.ee
- Martin Piilberg – 56849889 – martin@ujumine.ee
- Monika Krillo – 5295780 - monika@ujumine.ee
- Paula-Brit Siimar – 55623115 - paula@ujumine.ee
- Reeli-Marta Siimar – 56500976 – reeli@ujumine.ee

Näidis päevaplaan suvelaagris

- 8.15 Äratus
- 8.30 Rivistus, jooks, võimlemine, suplus
- 9.00 Hommikusöök
- 9.30 Tubade koristamine
- 10.30 Tubade kontroll
- 11.00 Hommikune treening
- 14.00 Lõunasöök
- 14.30-15.45 Vaikne tund
- 16.00 Õhtune treening
- 19.00 Õhtusöök
- 20.00 Mängud / üritused
- 22.15 Ettevalmistus öörahuks
- 22.30 Öörahu

Oled laagrisse oodatud!

www.ujumine.ee / liisa@ujumine.ee / +372 539-352-12



UJUMISE
SPORDIKLUBI
• USK •