



## Ujumise Spordiklubi suvelaager Käärikul 8.-12. august 2022

**Sportlik suvelaager, kus rohkesti erinevaid üritusi ja isetegevusrõõmu!**

**Väljasõit laagrisse: E, 8. augustil kl 12.00** Aura Keskuse eest.  
**Tagasi Tartus R, 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 8 kuni 14 aastased lapsed (k.a.).
- Laagri õppemaks 180 EUR.
- Registreerumisel saadetakse koha broneerimiseks **I osamakse arve** (60 EUR).
  - Broneeringu tasu ei kuulu tagastamisele, v.a. riigi eriolukorra kehtestamise puhul.
  - **II osamakse** (120 EUR) tasumise tähtaeg on **1.august 2022**.
- Laagrisse registreerimine lõppeb kohtade täitumisel või 10.juulil 2022.

### Kääriku laagri treenerid:

- Diana Kutsareva – 534 88 332 - diana@ujumine.ee
- Marie Lindepuu – 53043555 - marie@ujumine.ee
- Reeli-Marta Siimar – 565 009 76 – reeli@ujumine.ee
- Anett Pärismaa – 53628231 - anett@ujumine.ee
- Monika Krillo – 5295780 - monika@ujumine.ee
- Irina Pani – 55606851 - irina@ujumine.ee
- Helerin Koppel – 59098447 - helerin@ujumine.ee
- Mart Leo Ruus – 5516024 - mart@ujumine.ee
- Paula-Brit Siimar – 55623115 - paula@ujumine.ee
- Gerli Savila – 59093099 - gerli@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](http://www.ujumine.ee) / [liisa@ujumine.ee](mailto:liisa@ujumine.ee) / +372 539-352-12