



Ujumise Spordiklubi laager Madsal 15.-19. juuni 2023

Sportlik suvelaager, kus rohkesti erinevaid üritusi ja isetegevusrõõmu!

Väljasõit laagrisse: **N, 15. juunil kl 12.00** Aura Keskuse eest.

Tagasi Tartus: **E, 19. juunil kl 14.00.** Madsalt väljasõit kl 13.00.

- Elamine tubades või kámpingutes, voodipesu on kohapeal olemas /<https://tartukalev.ee/madsa-spordi-ja-puhkekeskus>
- Toitlustamine 3 x päevas.
- Tegevused: igapäevased treeningud, ujumised, pallimängud, võimlemised, matkad, jooksud, õhtused üritused ja isetegevus.
- Laagrisse on oodatud 7-11. aastased (s.a 2016-2012) lapsed

Laagri õppemaks 140 EUR.

- **Registreerumisel** saadetakse koha broneerimiseks **I osamakse arve (40 EUR)**.
 - Broneeringu tasu ei kuulu tagastamisele,
- **II osamakse (100 EUR)** tasumise tähtaeg on **7. juuni 2023**.
- Laagrisse registreerumine lõpeb kohtade täitumisel.

NB! Telefonide kasutamine on laagris piiratud – lastel võimalik vanematele helistada **peale õhtusööki**.
Teistel aegadel on telefonid treenerite toas!
Vajadusel saab lapse kätte treenerile helistades

Madsa laagri treenerid:

- Anett Pärismaa – 53628231 – anett@ujumine.ee
- Katariina Mäll – 55983193 - katariina@ujumine.ee
- Mart-Leo Ruus - 551 6024 - mart@ujumine.ee

Näidis päevaplaan suvelaagris

08.15 Äratus
08.30 Rivistus, jooks, võimlemine
09.00 Hommikusöök
09.30 Tubade koristamine
10.30 Tubade ülevaatus/ kontroll
11.00 Hommikune sportlik tegevus, suplus
14.00 Lõunasöök
14.30-15.45 Vaikne tund
16.00 Õhtune sportlik tegevus
19.00 Õhtusöök
20.00 Mängud/ üritused
22.15 Ettevalmistus öörahuks
22.30 Öörahu