



## Spordilaager Madsal 30. juuni-4. juuli 2025

Väljasõit laagrisse **E, 30. juunil kl 12.00** Aura Keskuse eest

\*Täpne aeg selgub hiljem, progoos - Tartus **R, 4. juulil ca kl 17.00**. Madsalt väljasõit kl 16.00

- Elamine Madsa laagrikompleksis, voodipesu on kohapeal olemas
- Toitlustamine 3 x päevas
- Tegevused: igapäevased treeningud, ujumised, pallimängud, võimlemised, matkad, jooksud, õhtused üritused ja isetegevus
- Laagrisse on oodatud 8-12. aastased (2017-2013 s.a.) lapsed

### Laagri õppemaks 160 EUR

- Registreerumisel saadetakse koha broneerimiseks I osamakse arve 40 EUR
  - II osamakse (120 EUR) tasumise tähtaeg on 21. juuni 2025
- Laagris on 4 treenerit ja kuni 46 last

**NB!** Mobiiltelefonide kasutamine on laagris piiratud.

Lastel on võimalik vanemale helistada peale õhtusööki. Telefonid on hoiul treenerite toas!

Vajadusel saab lapse kätte treenerile helistades (vaata allpoolt number)

### Laagri treenerid:

- **Mart Leo Ruus** – 551 6024 – [mart@ujumine.ee](mailto:mart@ujumine.ee)
- **Andrus Kuusk** – 555 97 540 – [andrus@ujumine.ee](mailto:andrus@ujumine.ee)
- **Cevin Anders Siim** – 5807 1822 - [cevin@ujumine.ee](mailto:cevin@ujumine.ee)
- **Marie Lindepuu** – 5304 3555 - [marie@ujumine.ee](mailto:marie@ujumine.ee)

### Laagri päevaplaan

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