

RÄPINA SPORDIKOOI SUVELAAGER - PAIKUSE SPORDIKOMPLEKS 2026

3.08-7.08.2026

Esmaspäev 3.08

Kell 9:00 väljasõit Räpinast

Kell 12:00 jõuame laagripaika Paikusel

Kell 13:00 Treening 1 (1h)

Kell 14:30 Lõunasöök

Kell 16:30 Treening 2 (2h)

Kell 19:00 Õhtusöök

Kell 20:30 Vaba aja tegevused (ühised mängud, võistlused, koosviibimised)

Kell 23:00 Öörahu

Teisipäev 4.08

Kell 8:00 Äratus

Kell 8:15 Hommikuvõimlemine

Kell 9:00 Hommikusöök

Kell 10:30 Treening 1 (2h)

Kell 13:00 Lõunasöök

Kell 16:00 Treening 2 (2h)

Kell 18:30 Õhtusöök

Kell 20:00 Vaba aja tegevused (ühised mängud, võistlused, koosviibimised, võimalusel ujumine)

Kell 23:00 Öörahu

Kolmapäev 5.08

Kell 8:00 Äratus

Kell 8:15 Hommikuvõimlemine

Kell 9:00 Hommikusöök

Kell 10:30 Treening 1 (2h)

Kell 13:00 Lõunasöök

Kell 16:00 Treening 2 (2h)

Kell 18:30 Õhtusöök

Kell 20:00 Vaba aja tegevused (ühised mängud, võistlused, koosviibimised, võimalusel ujumine)

Kell 23:00 Öörahu

Neljapäev 6.08

Kell 8:00 Äratus

Kell 8:15 Hommikuvõimlemine

Kell 9:00 Hommikusöök

Kell 10:30 Treening 1 (2h)

Kell 13:00 Lõunasöök

Kell 16:00 Treening 2 (2h)

Kell 18:30 Õhtusöök

Kell 20:00 Vaba aja tegevused (ühised mängud, võistlused, koosviibimised, võimalusel ujumine)

Kell 23:00 Öörahu

Reede 7.08

Kell 8:00 Äratus

Kell 8:15 Hommikuvõimlemine

Kell 9:00 Hommikusöök

Kell 10:30 Treening 1 (2h)

Kell 13:00 Lõunasöök

Kell 14:30 Kojusõit (jõuame Räpinasse orienteeruvalt kell 17:30).