

2017. 08.01. - 2017. 08. 10. SPORTO IR POILSIO STOVYKLOS TUKUMS (LATVIJA) PROGRAMA

DATA		LAIKAS	PASTABOS
Rugpjūčio 1d.	Išvykimas nuo sportimos Atvykimas į Tukums Pietūs Įsikūrimas stovykloje Treniruotė Vakarienė Stovyklos taisyklių, plano pristatymas Miegas	07.00 13.00 14.00 - 14.30 15.00 - 16.00 17.00 - 18.30 20.00 - 20.30 21.00 - 21.30 22.00	
Rugpjūčio 2d.	Pusryčiai Treniruotė Pietūs Teorija, video analizė Treniruotė Vakarienė Laisvas laikas Stalo žaidimai Miegas	9.00 - 9.30 10.30 - 12.00 13.30 - 14.00 15.00 - 16.00 17.00 - 18.30 20.00 - 20.30 21.00 - 22.00 22.00	
Rugpjūčio 3d.	Pusryčiai Treniruotė Pietūs Teorija, video analizė Varžybos Vakarienė Laisvas laikas, viktorina Miegas	9.00 - 9.30 10.30 - 12.00 13.30 - 14.00 15.00 - 16.30 17.00 - 19.00 20.00 - 20.30 21.00 - 22.00 22.00	
Rugpjūčio 4d.	Pusryčiai Treniruotė Stalo teniso turnyras Pietūs Teorija, video analizė Varžybos Vakarienė Laisvas laikas, Kinas Miegas	9.00 - 9.30 10.30 - 11.30 11.30 - 12.30 13.30 - 14.00 15.00 - 16.30 17.00 - 18.30 20.00 - 20.30 21.00 - 22.00 22.30	

Rugpjūčio 5d.	Pusryčiai Treniruotė Stalo žaidimai Pietūs Išvyka prie jūros Vakarienė Varžybų aptarimas,video Miegas	9.00 - 9.30 10.30 - 11.00 11.30 - 13.30 13.30 - 14.00 15.00 - 18.00 20.00 - 20.30 21.00 - 22.00 22.00	
Rugpjūčio 6d.	Pusryčiai Varžybos Pietūs Poilsis Varžybų aptarimas,video Atstatomoji treniruotė Vakarienė Laisvas laikas Miegas	9.00 - 9.30 11.00 - 12.30 13.30 - 14.00 14:30 – 15:30 16:00 – 16:40 17.00 – 19.00 20.00 - 20.30 21.00 - 22.00 22.00	
Rugpjūčio 7d.	Pusryčiai Treniruotė Žangliravimo turnyras Pietūs Poilsis Paplūdimio futbolas Laisvas laikas Vakarienė Miegas	9.00 - 9.30 10.30 - 12.00 12.00 - 13.00 13.30 - 14.00 14:30 – 15:30 16:00 – 18:00 18:30 – 20:00 20.00 - 20.30 22.00	
Rugpjūčio 8d.	Pusryčiai Varžybos Pietūs Išvyka prie jūros Varžybų aptarimas Vakarienė Kapitono rinkimai Miegas	9.00 - 9.30 11.00 - 12.30 13.30 - 14.00 15.00 - 18.00 18.30 – 19:30 20.00 - 20.30 21.00 - 22.00 22.00	

Rugpjūčio 9d.	Pusryčiai Treniruotė Poilsis Pietūs Varžybų aptarimas,video Varžybos Vakarienė Miegas	9.00 - 9.30 10.30 - 12.00 12:00 – 13:00 13.30 - 14.00 15.00 - 16.00 17.00 - 19.30 20.00 - 20.30 22.00	
Rugpjūčio 10d.	Pusryčiai Varžybos Stovyklos teritorijos tvarkymas Išvykimas Atvykimas prie sportimos	9.00 - 9.30 11.00 - 12.30 13.00 - 13.30 14.00 19.00 -20.00	