



Режим дня

07:30 – 07:50 – Подъем

07:50 – 08:10 – Зарядка

08:10 – 08:30 – Линейка

08:30 – 09:10 – Завтрак

09:15 – 14:10 – ОЛИМПИАДНАЯ ПОДГОТОВКА

**I пара: 09.15.-10.00
10.05.-10.50**

**II пара: 10.55.-11.40
11.45.-12.30**

**III пара: 12.35.-13.20
13.25.-14.10**

14:15 – 15:00 – Обед

15:00 – 17:00 – Бассейн, спортивные игры *(по графику)*

17:00 – 17:15 – Полдник

17:15 – 18:30 – Командная работа

18:30 – 19:00 – Свободное время

19:00 – 19:30 – Ужин 1

19:30 – 21:30 – Вечер в «Солнечном берегу»

21:30 – 21:45 – Ужин 2

21:45 – 22:00 – «Огонек»

22:00 – 22:30 Подготовка ко сну.

22:30 - Отбой

