

Suusaliidu noortelaagri üldprogramm*

30. juuni – 01. juuli 2025 Jõulumäe Tervisespordikeskuses



Esmaspäev, 30. juuni

11.00 – 12.00 Saabumine, majutamine

12.30 – 13.30 Lõunasöök

14.00 Kogunemine peamaja ees. Tutvumine treeninggruppidega ja treeneritega, päevakava tutvustamine. Ühispilt.

15.00 Treening

18.30 – 20.00 Õhtuöök

22.30 Öörahu

Teisipäev, 01. juuli

7.30 Äratus

7.45 Rivistus peamaja ees. Hommikuvõimlemine

8.30 Hommikusöök

10.00 Hommikune treening

12.30 – 13.30 Lõunasöök

16.30 Õhtune treening

18.30 – 20.00 Õhtusöök

22.30 Öörahu

Kolmapäev, 02. juuli

7.30 Äratus

7.45 Rivistus peamaja ees. Hommikuvõimlemine

8.30 Hommikusöök

10.00 Hommikune treening

12.30 – 13.30 Lõunasöök

16.30 Õhtune treening

18.30 – 20.00 Õhtusöök

22.30 Öörahu



Suusaliidu noortelaagri üldprogramm*

30. juuni – 01. juuli 2025 Jõulumäe Tervisespordikeskuses



Neljapäev, 03. juuli

7.30	Äratus
7.45	Rivistus peamaja ees. Hommikuvõimlemine
8.30	Homмикusöök
10.00	Homмикune treening
12.30 – 13.30	Lõunasöök
16.30	Õhtune treening
18.30 – 20.00	Õhtusöök
20.00	Laagri lõpupidu
22.30	Öörahu

Reede, 04. juuli

7.30	Äratus
7.45	Rivistus peamaja ees. Hommikuvõimlemine
8.30	Homмикusöök
10.00	Homмикune treening
12.30 – 13.30	Lõunasöök ja sõit koju

* laagri ajakavas võib tulla muudatusi. Täpsem ülevaade kohapeal.

