

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МУДО «Спортивная школа»

И.А. Ефремова

«02» мая 2024г.



РЕЖИМ ДНЯ
детского туристического лагеря палаточного типа
МУДО «Спортивная школа»

8.00-8.10	Общий подъём, уборка
8.10-8.30	Зарядка
8.30-8.50	Водные процедуры
8.50-9.00	Линейка
9.00-9.30	Завтрак
9.30-11.10	Мероприятия в соответствии с программой
11.10-12.30	Оздоровительные процедуры
12.30-13.30	Свободное время
13.30-14.30	Обед
14.30-16.00	Тихий час
16.00-16.30	Полдник
16.30-18.30	Мероприятия в соответствии с программой
18.30-19.00	Свободное время
19.00-20.00	Ужин
20.00-21.30	Песни, игры
21.30-21.45	Линейка
21.45-22.00	Вечерний туалет
22.30-8.00	Сон