

Ramowy program dnia

16.08.2021 Przyjazd – na obiad i sprawy organizacyjne

17-25.08.2021

8 – pobudka/toaleta poranna

8:30 - śniadanie

9:30-12:30 - trening na basenie

13.30 - obiad

14-15 – relaks poobiedni

15-18 - trening na basenie

18.45 - kolacja

19.30-20.30- zajęcia z trenerami

20.30 - toaleta wieczorna

21.00- cisza nocna

26.08.2021 śniadanie według harmonogramu i wyjazd z ośrodka