

Автономная некоммерческая организация  
«Спортивно-танцевальный клуб «Элегия»  
Оздоровительный лагерь «Юность»

Утверждаю:

Начальник детского оздоровительного  
лагеря «Юность»

\_\_\_\_\_ А.Ю.Четырина

«    » \_\_\_\_\_ 2026 г.

Режим дня в лагере

Для детей 6-9 лет	Для детей 10-16 лет	Элементы распорядка дня
8:00-8:10	8:00-8:10	Подъем, уборка постелей
8:10-8:30	8:10-8:30	Утренняя гимнастика
8:30-9:00	8:30-9:00	Водные процедуры
9:00-9:30	9:30-10:00	Завтрак
9:30-11:10	9:30-11:10	Подготовка к участию в конкурсных программах, проведение спортивных соревнований, работа кружков
11:10-12:30	11:10-12:30	Оздоровительные гигиенические процедуры (воздушные, солнечные ванны, душ) репетиции конкурсных программ, отрядные мероприятия
12:30-13:00	12:30-13:00	Свободное время
13:00-13:30	13:30-14:00	Обед
14:00-16:00	14:00-16:00	Послеобеденный дневной сон
16:00-16:30	16:00-16:30	Полдник
16:30-18:30	16:30-18:30	Общелагерное мероприятие (квесты, конкурсы, концерты, тематические вечера)
18:30-19:00	18:30-19:00	Свободное время
19:00-19:30	19:30-20:00	Ужин
19:30-20:30	19:30-20:30	Свободное время
20:45-21:00	20:45-21:00	Сонник
21:00-21:30	21:00-22:00	Вечера и другие отрядные мероприятия
21:30-22:00	22:00-22:30	Подготовка ко сну
22:00-8:00	23:00-8:00	Сон