

Noortekoondise kandidaatide kevadlaager 2025

PROGRAMM

Reede, 9. mai

13:00	Saabumine ja registreerimine / hotelli registratuuris
13:00 – 14:00	Lõunasöök
14:00 – 15:00	Külaline – Liis-Grete Arro (konverentsisaalis)
16:30 – 18:00	Ühistreening staadionil – treenerid Liivi Eerik ja Rauno Kirschbaum
19:00 – 20:00	Õhtusöök
20:00 – 21:00	KAHOOT! (konverentsisaalis)
23:00	Öörahu

Laupäev, 10. mai

8:30	Rivistus Hosteli ees
8:45 – 9:30	Hommikusöök
10:30 – 13:00	Kehalised katsed (paigalt kaugus, paigalt kolmik, kuulijänn ette, rippes kõhulihased). Peale katseid on võimalus iseseisvaks treeninguks. Staadionil!
13:00 – 14:30	Lõunasöök
14:30 – 15:30	Töötuba „Mida peab teadma noortekoondislane antidopingust?“ Teele Tiidt, EADSE
15:30 – 16:30	Töötuba „Kuidas anda spordiajakirjanikule intervjuud“ – Tarmo Tiisler, ERR
17:00 – 18:30	Ühistreening - Liikuv kogev keha, liikumisuurimuslik töötuba - Helina Karvak (ülemises võimlas)
19:00 – 20:00	Õhtusöök
20:00 – 22:00	SAUN spordihoones (ujumisriietes)
23:00	Öörahu

Pühapäev, 11. mai

8:30	Rivistus Hosteli ees
8:45 – 9:30	Hommikusöök
9:30 – 10:15	Alaliidu INFO – Lähetused 2025 (konverentsisaal)
11:00 – 12:30	Mängude trenn – Krista Viipsi
13:00 – 14:00	Lõunasöök, laagri lõpp.

NB! Kaasa võtta õues treenimise riided ja vahetusjalanõud siseruumides treenimiseks!