

SPOT OF TALLINN**AKROBAATIKALAAGER 14.06 - 16.06.2021****ESMASPÄEV**

10:00 - 10:15	Kogunemine
10:15 - 11:00	Hommikuvõimlemine
11:00 - 13:00	Treening "Akrobaatika alal treenimine"
13:00 - 14:00	Lõuna
14:00 - 15:00	Treening "Kätelseis ja tasakaal"
15:00 - 15:30	Paus
15:30 - 17:00	Sportmängud

TEISIPÄEV

10:00 - 10:15	Kogunemine
10:15 - 11:00	Hommikujooks
11:00 - 13:00	Töötuba "Salto ette / taha"
13:00 - 14:00	Lõuna
14:00 - 15:00	Treening "Kerelihaste treenimine / Rondaat"
15:00 - 15:30	Paus
15:30 - 17:00	Võistlused batuudil

KOLMAPÄEV

10:00 - 10:15	Kogunemine
10:15 - 11:00	Hommikuvõimlemine
11:00 - 13:00	Treening "Hüppevõime arendamine / parkuur"
13:00 - 14:00	Lõuna
14:00 - 15:00	Treening "Sangpommi väljakutsed / Saltopöörded"
15:00 - 15:30	Paus
15:30 - 17:00	Takistusraja võistlus