

SPOT OF TALLINN	
UNIVERSAALLAAGER 25.10-29.10.2021	
ESMASPÄEV	
10:00 - 10:15	Kogunemine
10:15 - 11:00	Hommikuvõimlemine
11:00 - 13:00	Treening "Võimlemise ABC"
13:00 - 14:00	Lõuna
14:00 - 15:00	Treening "Hüpped batuudil"
15:00 - 15:30	Paus
15:30 - 17:00	Videotund "Akrobaatika ja tõukeratta tipud"
TEISIPÄEV	
10:00 - 10:15	Kogunemine
10:15 - 11:00	Hommikuvõimlemine
11:00 - 13:00	Treening "Tõukeratas basics"
13:00 - 14:00	Lõuna
14:00 - 15:00	Treening "Võistlused bumtrackil"
15:00 - 15:30	Paus
15:30 - 17:00	Töötuba "Tõukeratta hooldamine"
KOLMAPÄEV	
10:00 - 10:15	Kogunemine
10:15 - 11:00	Hommikuvõimlemine
11:00 - 13:00	Treening "Salto ette/taha"
13:00 - 14:00	Lõuna
14:00 - 15:00	Treening "Paindivuse arendamine"
15:00 - 15:30	Paus
15:30 - 17:00	Kuubikjaht keskuses
NELJAPÄEV	
10:00 - 10:15	Kogunemine
10:15 - 11:00	Hommikuvõimlemine
11:00 - 13:00	Treening "Tõukeratas kombinatsioonid"
13:00 - 14:00	Lõuna
14:00 - 15:00	Treening "Hüpped resile"
15:00 - 15:30	Paus
15:30 - 17:00	Kaugushüppe/kõrgushüppe võistlus
REEDE	
10:00 - 10:15	Kogunemine
10:15 - 11:00	Hommikuvõimlemine
11:00 - 13:00	Treening "Parkuur ja freerun"
13:00 - 14:00	Lõuna
14:00 - 15:00	Treening "Takistusrada"
15:00 - 15:30	Paus
15:30 - 17:00	Võistlused Bowlis