



## Городской оздоровительный лагерь «Форум»

### РЕЖИМ ДНЯ

<i>Элементы режима дня</i>	<i>Время проведения</i>
	<i>Пребывание до 18:00</i>
Сбор детей, зарядка	8:30 – 9:00
Утренняя зарядка	9:00 – 9:15
Завтрак	9:15 – 10:00
Работа по плану отрядом. Работа кружков и секции. Оздоровительные процедуры. Прогулка	10:00 – 13:30
Обед	13:30 – 14:30
Послеобеденный (дневной) сон	14:30 – 15:30
Полдник	15:30 – 16:00
Культурно-массовые и спортивные мероприятия, работа кружков и секций. Прогулка	16:00 – 18:00
Уход домой	18:00