**Примерный распорядок дня**

**8:00-9:00** Подъем, зарядка, линейка

**9:00-9:30** Завтрак

**10:00-13:00**

Климатолечение (морские, солнечные ванны), спортивные соревнования, работа творческих мастерских, отрядные дела, лечебные процедуры (по индивидуальному назначению).

**13:00-14:00** Обед

**14:00-16:00** Дневной отдых

**16:00-16:30** Полдник

**16:30-18:30**

Климатолечение (морские, солнечные ванны), спортивные соревнования, работа творческих мастерских, отрядные дела, лечебные процедуры (по индивидуальному назначению).

**18:30-19:00**  Свободное (личное) время

**19:00-20:00** Ужин

**20:00-22:00**

Вечерние мероприятия (конкурсы, концерты, интерактивные и развлекательные программы, дискотеки), **второй ужин**, отрядный сбор «Вечерняя свеча».

**22:00-22:30** Подготовка ко сну (личная гигиена)

**22:30** Отбой