



Лагерь на «Лазерах» в Таиланде

День 1

Встреча в яхт-клубе.

Вооружение лодок, брифинг перед тренировкой

Группа 1 09:00

Группа 2 13:30

Тренировка на воде.

Группа 1 10:00 – 12:30

Группа 2 14:00 – 16:30

Разоружение лодок, мини-разбор.

Группа 1 12:30 – 13:00

Группа 2 16:30 – 17:00

Ужин-знакомство.

20:00

День 2

Встреча в яхт-клубе.

Вооружение лодок, брифинг перед тренировкой

Группа 1 09:00

Группа 2 13:30

Тренировка на воде.

Группа 1 09:30 – 12:00

Группа 2 14:00 – 16:30

Разоружение лодок, мини-разбор.

Группа 1 12:00 – 12:30

Группа 2 16:30 – 17:00

Теория, видеоразбор тренировки, планы на следующий день.

20:00

День 3



Свободный день.

Отправимся в национальный парк «Куй Бури», где узнаем о местной флоре и познакомимся с местными жителями — коалами, слонами, буйволами. А после устроим короткий трекинг в пещеру Прайя-Накхон.

День 4

Встреча в яхт-клубе.

Вооружение лодок, брифинг перед тренировкой

Группа 1 09:00

Группа 2 13:30

Тренировка на воде.

Группа 1 09:30 – 12:00

Группа 2 14:00 – 16:30

Разоружение лодок, мини-разбор.

Группа 1 12:00 – 12:30

Группа 2 16:30 – 17:00

Кинопоказ.

20:00

День 5

Встреча в яхт-клубе.

Вооружение лодок, брифинг

Группа 1 10:00

Группа 2 14:00

Тренировочные гонки.

Группа 1 10:30 – 13:00

Группа 2 14:30 – 17:00

Разоружение лодок, мини-разбор.

Группа 1 13:00 – 13:30

Группа 2 17:00 – 17:30

Теория, видеоразбор тренировочных гонок.

20:00

День 6

Встреча в яхт-клубе.

Вооружение лодок, брифинг

Группа 1 09:00

Группа 2 13:00

Гонки.

Группа 1 09:30 – 12:30

Группа 2 13:00 – 16:00

Прощальный ужин с награждением.

19:00
