

Tenisa dienas nometnes nodarbību plāns Tenisa centrā Ādaži - 6.-10.augustam

Laiks	Pirmdiena, 6. augusts	Otrdiena, 7. augusts	Trešdiena, 8. augusts	Ceturtdiena, 9. augusts	Piektdiena, 10. augusts
8:30	Iepazīšanās ar nometnes vadītājiem un nometnes noteikumiem, dienas kārtību	Ierašanās uz nometni	Ierašanās uz nometni	Ierašanās uz nometni	Ierašanās uz nometni
9:00-12:30	Teniss + sporta aktivitātes (Tautas bumbas uzdevumi)	Teniss + sporta aktivitātes (Karogs+Futbols)	Teniss + sporta aktivitātes (Fotoorientēšanās+orientēšanās uzdevumi)	Teniss + sporta aktivitātes (Stafešu diena)	Teniss + sporta aktivitātes (Riteņbraukšana)
13:00	Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas	Pusdienas
13:30	Atpūta	Atpūta	Atpūta	Atpūta	Atpūta
14:30-16:30	Teniss + sporta aktivitātes	Teniss + sporta aktivitātes	Teniss + sporta aktivitātes	Teniss + sporta aktivitātes	Teniss + sporta aktivitātes
17:00	Launags	Launags	Launags	Launags	Launags
17:30-18:00	Mājupceļš	Mājupceļš	Mājupceļš	Mājupceļš	Mājupceļš

Nometnes vadītāja, organizatore: Anete Zābere, nometņu vad.apl.Nr.: SP000462

Nometnes treneri/pedagogi: Anete Zābere, Ilze Sautiņa,

Nometnes treneru palīgi/asistenti: Anna Zīdere, Alīna Ņikušina