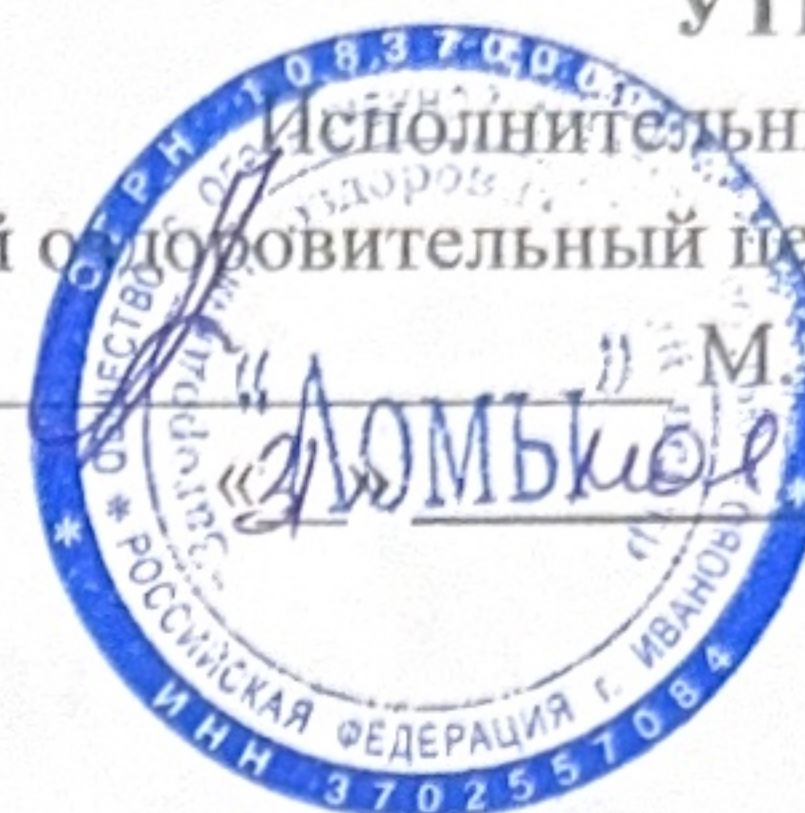


УТВЕРЖДАЮ

Исполнительный директор
ООО «Загородный оздоровительный центр «Ломы»

М.А. Кузьмина

2026



РЕЖИМ ДНЯ

Время	Мероприятие
8:30 – 9:00	Зарядка (спортивная / танцевальная / тематическая)
9:00 - 9:30	Завтрак
9:30 – 12:30	Общелагерное собрание / Мастер-классы / Кружки / Лазертаг/ Панда-парк/ Велопрогулки / Спортивные мероприятия/Бассейн/ Гигиенические процедуры
12:30 – 13:00	Обед
13:00 – 14:00	Отдых / отрядное время / подготовка к мероприятиям/Занятия в профильных отрядах
14:00 – 16:00	Тихий час (сон / спокойные игры / чтение)
16:00 – 16:15	Полдник
16:30 – 17:30	Репетиции / Свободное время/Гигиенические процедуры
17:30 - 18:30	Общелагерное мероприятие (конкурсы, шоу, игры, КВН, концерты)
18:30 – 19:00	Ужин
19:00 – 20:00	МК «Выжигание» / Вербочный городок/ Свободное время/ Костры
20:00 – 21:30	Дисотека / Просмотр фильма / Свободное время
21:30 – 22:00	Рефлексия («огоньки», обсуждение дня, анализ событий)
22:00	Отбой