

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕТСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «ЧАЙКА»



Режим дня

- 08:00 - 08:10 Подъём
- 08:10 - 08:30 Зарядка
- 08:30 – 8:45 Гигиенические процедуры, уборка комнат
- 09:00 - 09:30 Завтрак
- 09:30 - 11:30 Активный отдых, оздоровительные процедуры: воздушные ванны, купание в море, солнечные ванны, отрядные мероприятия
- 12:00 - 13:00 Занятия в кружках
- 13:00 - 13:30 Обед
- 14:00 – 15:45 Тихий час
- 16:00 - 16:15 Полдник
- 16:30 - 18:30 Активный отдых, спортивные мероприятия, оздоровительные процедуры: воздушные ванны, купание в море, солнечные ванны,
- 18.30- 19:00 Ужин
- 19:15 – 21: 00 (для младших отрядов) 21:30 Культурно - массовые мероприятия, (шоу-программы, концерты, дискотеки).
- 21:30 - 22:00 Второй ужин
- 22:00 - Отбой для младших отрядов
- 22:00 - 22:30 Подготовка ко сну, санитарно – гигиенические процедуры
- 22:30 - Отбой для старших отрядов.

Начальник ОЛ

Г.В. Кочубей