

Předběžný program dne Improve Yourself Camp 2026

7:10	budíček (dobrovolné otužování)
7:20	dobrovolné otužování
7:30	budíček
7:40	nástup
7:40 - 8:00	ranní režim
8:00 - 8:30	snídaně
8:30 - 8:45	ranní hygiena
8:45 - 10:15	1. dopolední blok - workshopy
10:15 - 10:30	svačina
10:30 - 12:00	2. dopolední blok - workshopy
12:00 - 12:30	oběd
12:30 - 14:00	odpolední klid - volný, dobrovolný program
14:00 - 15:30	1. odpolední blok - celotáborová hra, hry, výzvy nebo volný trénink
15:30 - 15:45	svačina
15:45 - 18:00	2. odpolední blok - celotáborová hra, hry, výzvy / fyzické cvičení nebo volný trénink
18:00 - 18:30	večeře
18:30 - 19:00	večerní klid
19:00 - 20:30	1. večerní blok - dle situace
20:30 - 21:30	2. večerní blok - family meeting / "kmenová rada"
21:30 - 21:45	2. večeře
21:45 - 22:00	večerní hygiena
22:00 - 22:30	večerní režim
22:30	večerka
22:30 - 0:30	dobrovolná hlídka ("hledání skryté imunity")

***Harmonogram dne se lehce mění v závislosti na počasí a celkovém programu daného tábora.**

***Během tábora se můžete těšit také na hry, výlety, výzvy nebo také táborák ! :)**