

# “LAISVĖS KODAS-2026”

2026-07-06 – 2026-07-12

## PROGRAMA

	VAIKAI 9-12 M.	JAUNIMAS 13-18 M.
<b>Pirmadienis, 07.06</b>		
15.00-16.00	Atvykimas, registracija	
16.00-16.30	Įsikūrimas	
16.30-18.00	Įvadinė bendra paskaita stovyklaujantiems: stovyklos programos, lektorių ir metodikų pristatymas, taisyklės, anketų pildymas.	
18.30-19.00	<b>Vakariėnė</b>	
19.30-21.00	Vakaras prie laužo, dainos. Stovyklos atidarymas.	
<b>Antradienis, 07.07</b>		
7.00-8.00	Mankšta, rytinės maudynės	
8.00-9.00	Rytiniai dubenėlių garsai	
9.30-10.00	<b>Pusryčiai</b>	
10.00-13.00	Sesija I	Sesija I
13.00-14.00	Žaidimai lauke ir maudynės	Funkcinė treniruotė su A. Michmel
14.00-15.00	<b>Pietūs</b>	
15.00-16.00	14.30 - 16.00 Sesija II	Užduotys su J. Bagdonu ir S. Dailide lauke
16.00-17.00	16.00 - 17.00 Funkcinė treniruotė su A. Michmel	
17.00-18.30	Žaidimai lauke/maudynės/laisvas laikas	
18.30-19.00	<b>Vakariėnė</b>	
19.30-20.00	Pokalbiai grupėse	
20.00-21.00	Garso įtaka mūsų gyvenime. Susitikimas su muzikantu.	
21.00-22.00	Laisvas laikas/pokalbiai prie laužo (Pasirinktinai)	
<b>Trečiadienis, 07.08</b>		
7.00-8.00	Mankšta, rytinės maudynės	
8.00-9.00	Rytiniai dubenėlių garsai	
9.00-9.30	<b>Pusryčiai</b>	
10.00-12.00	10.00 - 12.00 Sesija III	Sesija II
12.00-13.00	Improvizacijos	
13.00-14.00	Maudynės, laisvas laikas	
14.00-15.00	<b>Pietūs</b>	
15.00-16.30	Užduotys lauke	Improvizacijos
16.30-18.30	Kliūčių ruožas su T. Grimaila	
18.30-19.00	<b>Vakariėnė</b>	
19.00-20.00	Pokalbiai grupėse	
20.00-21.00	Garso įtaka mūsų gyvenime.	
21.00-22.00	Laisvas laikas	
<b>Ketvirtadienis, 07.09</b>		
7.00-8.00	Mankšta, rytinės maudynės	
8.00-9.00	Rytiniai dubenėlių garsai	
9.00-9.30	<b>Pusryčiai</b>	
10.00-11.30	Sesija IV	10.00 - 13.00 Sesija III
11.30-14.00	Mandalų piešimas su S.Juzumaite “Ką apie save gali sužinoti iš mandalų terapijos?”	13.00 - 14.00 Funkcinė treniruotė su A. Michmel
14.00-14.30	<b>Pietūs</b>	
14.30-17.00	Žygis su J. Bagdonu ir S. Dailide lauke ir A. Michmel ir J. Ašmantu	Mandalų piešimas su S.Juzumaite “Ką apie save gali sužinoti iš mandalų terapijos?”

17.00-18.30	Laisvas laikas	
18.30-19.00	<b>Vakarienė</b>	
19.00-20.00	Pokalbiai grupėse	
20.00-21.00	Garso įtaka mūsų gyvenime	
21.00-22.00	Laisvas laikas	
<b>Penktadienis, 07.10</b>		
7.00-8.00	Mankšta, rytinės maudynės	
8.00-9.00	Rytiniai dubenėlių garsai	
9.00-9.30	<b>Pusryčiai</b>	
10.00-11.30	Sesija V	Sesija IV
11.30-13.00	Žaidimai lauke, maudynės su A. Michmel ir J. Ašmantu	
13.00-14.00	Pasiruošimas stovyklos uždarymui	
14.00-15.00	<b>Pietūs</b>	
15.00-16.30	Pasiruošimas stovyklos uždarymui savo grupėse	Užduotys su J. Bagdonu ir S. Dailide lauke
16.30-18.00	Žaidimai lauke/Tinklinio turnyras/maudynės	
18.30-19.00	<b>Vakarienė</b>	
19.00-20.00	Pokalbiai grupėse	
20.00-21.00	Garso įtaka mūsų gyvenime	
21.00...	Išlikimo žygis	
<b>Šeštadienis, 07.11</b>		
7.00-8.00	Mankšta, rytinės maudynės	
8.00-9.00	Rytiniai dubenėlių garsai	
9.00-9.30	<b>Pusryčiai</b>	
10.00-13.00	Sesija VI	Sesija V
13.00-14.00	Funkcinė treniruotė su A. Michmel	
14.00-15.00	<b>Pietūs</b>	
15.00-17.30	Žaidimai lauke/maudynės su J. Ašmantu ir A. Michmel	Užduotys su J. Bagdonu ir S. Dailide lauke
17.30-18.30	Pasiruošimas stovyklos uždarymui	
18.30-19.00	<b>Vakarienė</b>	
20.00-23.00	Stovyklos uždarymas	
<b>Sekmadienis, 07.12</b>		
7.00-8.00	Mankšta, rytinės maudynės	
8.00-9.00	Rytiniai dubenėlių garsai	
9.00-9.30	<b>Pusryčiai</b>	
9.30-10.00	Kaip gyventi po stovyklos. Apibendrinimas. Anketų pildymas.	
10.00-11.30	Susitikimas su tėvais, stovyklos apibendrinimas	
11.30-12.00	IŠVYKIMAS	

**SVARBU: PROGRAMA YRA PRELIMINARI, VIETOJE UŽSIĖMIMŲ LAIKAS IR DATOS GALI KEISTIS**  
**Stovyklos metu bus papildomai organizuojamos įvairios varžybos (priklausomai nuo oro sąlygų)**

#### PAPILDOMŲ PASLAUGŲ KAINOS

Šviežios sultys/žalias kokteilis, 200 ml	2 eur
Pieno kokteilis, 200 ml	2 eur
Natūralūs ledai, 1 vnt.	2 eur
Saldumynai, 1 vnt.	2 eur