

## Välitegevused looduses:

- Suusarajad – hooldatud murdmaasuusarajad nii algajatele kui ka edasijõudnutele (talvisel hooajal).
- Jooksmine ja orienteerumine – MOBO orienteerumisrada ja looduskaunid jooksurajad.
- Disc-golf – lõbus ja strateegiline vahepala seminaripäeva jooksul.
- Ronimissein (34m) – adrenaliinirohke tegevus instruktoriga.
- Vaateplatvormi külustus – 34 meetri kõrgune platvorm hüppemäe tipus, kust avaneb imeline vaade Otepää loodusmaastikele.
- Biatloni lasketiirus laskmine koos professionaalse instruktoriga – lisatasu eest (+30 €/in), sisaldab kogu vajalikku varustust.

## Siseruumides sportlikud ja meelelahutuslikud tegevused:

- Laser Biathlon – turvaline ja lõbus alternatiiv laskesuusatamisele siseruumides.
- Nintendo Switch spordimängud – võistelda saab virtuaalses keskkonnas!
- Sporditeemalised viktoriinid – Kahoot! või Kuldvillak (teemad: talisport, Eesti spordiajalugu, suusatamine).
- Cornhole-mäng – meeskonnamäng, mis sobib nii sise- kui välitegevuseks.

## Lõögastus ja taastumine:

- Saunakompleksi kasutamine – lõögastumiseks pärast tööpäeva, saadaval nii Tehvandi hotellis kui ka staadionihoones.

**VAATA VIDEOST** <https://www.youtube.com/watch?v=MtKoyJEJYEO>