

# תוכנית אתלטיקה 2018/19

פלאפון	מאמנים	ימי פעילות ושעות	גילאים
050-4244434	אריק מייקל	יום שלישי 7:45-8:30	אימון כושר מורשה צומח א'
054-7616089	אירנה אור	יום שלישי 7:45-8:30	אימון כושר בגולן א-ג'
054-7616089	אירנה אור	יום ראשון 7:45-8:30	אימון כושר בגולן ד'-ו'
050-4244434	אריק מייקל	יום ראשון 7:40-8:30	אימון ריצה בבית ספר אמירים בבוקר לכיתות ה-ו
050-4244434	אריק מייקל	יום חמישי 7:40-8:30	אימון ריצה בבית ספר אורנים בבוקר לכיתות א-ב-ג
050-4244434	אריק מייקל	יום רביעי 7:40-8:30	אימון ריצה בבית ספר אורנים בבוקר לכיתות ד-ה-ו
050-4244434	אריק מייקל	יום שישי 12:00-13:00	אימון ריצה והכנה למרוצים נבחרת בבית ספר גולן לכתות ד-ו
052-5579955	ענבל שקד	שני 16:30-17:15	ט.ט. חובה (3-4)
052-5579955	ענבל שקד /	שני 17:15-18:00	טרם חובה (4-5)
052-5579955	ענבל שקד	שני 18:00-18:45 חמישי 17:15-18:00	גן חובה (5-6)
052-2673099	נועם זיכרי/אירנה	שני 16:15-17:00	כיתות א-ב
050-2673099	נועם זיכרי/אירנה	רביעי 16:15-17:00	
052-5579955	ענבל שקד	חמישי 18:00-18:45	
052-2673099	נועם זיכרי/אירנה	שני 17:00-18:00	כתות ג-ד
050-2358921	נועם זיכרי/אירנה	רביעי 17:00-18:00	
050-4244434	אריק מייקל /	שני 18:00-19:00	כיתות ה-ו
052-2673099	נועם זיכרי	רביעי 18:00-19:00	
050-8555864	זהבה שמואלי	שני 19:00-20:00	כיתות ז-ח
050-4244434	אריק מייקל	וחמישי 19:00-20:00	
050-4244434	אריק מייקל		
050-4244434	אריק מייקל	יום רביעי 17:00-18:00	הורים מתאמנים בשעות האימונים של הילדים
050-4244434	אריק מייקל	ראשון 18:00-19:00 חמישי 18:00-19:00	הכנה לכיתת ספורט
050-4244434	אריק מייקל	שני וחמישי 19:00-20:00 ביולי אוגוסט בלבד	אימוני כושר ובריאות בחודשי הקיץ
050-4870885	רומן קוגן	עם רומן / זהבה	כיתות ז-י אימון מקצועי
050-4244434	אריק מייקל	שני 20:00-21:00 וחמישי 20:00-21:00	כיתות ט-י"א