

# אימונים בימי גשם

להורים ולילדים שלום, להל"ן לוח האימונים לימים גשומים:



מאמני ביח"ס	
0506-830848	אמיר רסלר
0545-871744	ולדי פורטנוי
052-3348996	עמית פולקובסקי
0525-603414	שחר יוסף
0542-092314	דן רוק
0542-430227	יוסי חיים
0544-776161	ניר בן ניסן
0546-717907	מאיר מנור
0509-986999	בן פלח
0523-066507	דור זרחוביץ
0524-654302	יואב סבורסקי
0508-220125	מני כהן
0506-577889	עמי ברדה

מקום חלופי	מקום האימון	שעות	ימים	גנים
מקלט ביה"ס אוסישקין	אוישקין	17:00-17:45	א'	טרנס טרום
מקלט ביה"ס חדר מזרונים	נווה גן	16:45-17:30	ד'	טרנס טרום
אולם ביה"ס אמירים	אמירים	17:15-18:00	ג'	
אולם ביה"ס אמירים	גולן	17:15-18:00	ב'	
אולם ביה"ס אמירים-בשעה 18:00	גולן	17:30-18:15	ד'	
מקלט ביה"ס סאחדר מזרונים	נווה גן	16:30-17:15	ג'	
מקלט ביה"ס סאחדר מזרונים	נווה גן	17:15-18:00	ב', ה'	
במקלט ביה"ס אוסישקין	תיכון אלון	17:15-18:00	ג'	
אולם הדר	קלמן	17:00-17:45	ה'	
מקלט בקאנטרי - סטודיו	קריית יערים	16:15-17:00	ג'	
באולם אמירים	אצטדיון הכדורגל	17:15-18:00	ד'	
מקלט ביה"ס אוסישקין	אוישקין	18:00-18:45	א'	

קום חלופי	מקום האימון	שעות	ימים	כיתה	בית-ספר
אולם ביה"ס/כיתה, בתיאום עם המאמן/במידה ולא ניתן לקיים אימון יועבר למועד אחר ביום ג' באולם קלמן, ביום ה' באולם הדר	גולן	א': 17:15-18:15, ו': 12:10-13:10	א' + ו'	א-ב	גולן
אולם ביה"ס/כיתה, בתיאום עם המאמן/במידה ולא ניתן לקיים אימון יועבר למועד אחר	גולן	א': 13:50-14:50, ו': 12:10-13:10	א' + ד'	ג-ד-ה-ו	
אולם ביה"ס.	אמירים	ב': 16:00-17:00, ו': 12:10-13:10	ב' + ו'	א-ב	אמירים
אולם ביה"ס.	אמירים	א': 17:15-18:15, ג': 16:00-17:00	א' + ג'	ג-ד-ה-ו	
אולם ביה"ס.	אמירים	א': 18:30-20:00	א'	ו' + ז'	
אולם קאנטרי- סטודיו	אמירים	18:15-19:45	ג'	ח' + ט'	
אולם בית ספר קריית יערים	קריית יערים	15:30-17:30	א' + ה'	א-ב	קריית יערים
אולם בית ספר קריית יערים	קריית יערים	12:00-13:00	ו'	א-ב	
אולם קאנטרי- סטודיו	קריית יערים	14:00-15:00	ב' + ה'	ג-ד	
ביום א' אולם רוטברג בשעה 15:30, ביום ו' החוג בשעה 13:30 באולם הדר	אצטדיון הכדורגל	14:00-15:00	א' + ג'	ה-ו	מגרש
ביום א' אולם רוטברג בשעה 16:30, וביום ו' החוג בשעה 14:30 באולם הדר	אצטדיון הכדורגל	א': 16:15-17:15, ו': 13:30-14:30	א' + ו'	א-ב	
ביום ד' באולם אמירים, ביום ג', ה' + ו' אולם ביה"ס.	הדר	א': 17:15-18:15, ו': 13:30-14:30	א' + ו'	ג-ד-ה	
ביום א' באולם קלמן, ביום ה' באולם הדר.	קלמן	ד', ה', 16:15-17:15, ו': 13:05-14:05	ג', ד', ה' + ו'	א-ב	הדר
ביום א' באולם קלמן. ביום ה' באולם הדר	קלמן	16:00-17:00	א' + ה'	ג-ד	
אולם ביה"ס.	אוישקין	א' 17:00-17:00, ה' 17:45-18:45	א' + ג'	ה-ו	אוישקין
אולם ביה"ס/כיתה, בתיאום עם המאמן	אוישקין	ג': 13:00-14:00, ג' 14:00-15:00, ה' 13:05-14:05, ו': 12:10-13:10	א' + ו'	א-ב	
מקלט ביה"ס	אוישקין	14:00-15:00	ה'	ג' + ד'	
אולם ביה"ס.	אורנים	16:00-17:00	א' + ג'	ג-ד-ה	
אולם ביה"ס.	אורנים	13:00-14:00	ד' + ה'	א-ב	אורנים
מקלט ביה"ס/חדר מזרונים	אורנים	13:45-14:45	א'	א-ב	
מקלט ביה"ס/חדר מזרונים	נווה גן	18:00-19:00, 17:45 - 18:45	א'	א-ב	נווה גן
מקלט ביה"ס/חדר מזרונים	נווה גן	17:00- 17:45	ב' + ה'	א-ב	
מקלט ביה"ס/חדר מזרונים	נווה גן	18:30- 19:30	ג'	ב'	
במידה ולא ניתן לקיים אימון יועבר למועד אחר / חדר מזרונים.	נווה גן	17:30-18:30, 16:15-17:15	ב' + ה'	ג-ד	
אולם ביה"ס/כיתה, בתיאום עם המאמן	עומר	13:00-14:00	ה' + ד'	ה-ו	עומר
ביום שני באולם ביה"ס הדר, ביום חמישי באולם ביה"ס אמירים.	עומר	16:00-17:00	ב' + ה'	א-ב	
	עומר		ג' + ה'	ג	

\* במידה ומזג האוויר גבולי יש להתעדכן עם המאמן לגבי מקום ושעת האימון.