



# חוגי ספורט - שנת פעילות 2021-2022

חוגי התעמלות	קוד לרישום	ימים	שעות	שם המדריך	מחיר	מקום הפעילות	הערות
<b>גברים</b>							
התעמלות גברים	8005-2	ב', ד'	16.30	ורד פלדמן טורק		אולם שמאל - קומה 1-1	נכים - ללא תשלום
התעמלות גברים	8006-2	ב', ד'	17.15	ורד פלדמן טורק		אולם שמאל - קומה 1-1	נכים - ללא תשלום
התעמלות גברים	8007-2	ב', ד'	18.00	ורד פלדמן טורק		אולם שמאל - קומה 1-1	נכים - ללא תשלום
התעמלות קטועים	8011-2	ג', ה'	17.45	ורד פלדמן טורק		אולם שמאל - קומה 1-1	נכים - ללא תשלום
אומנויות לחימה - SR-AIKIDO	8008-2	א', ד'	19.00	שמוליק רם		אולם שמאל - קומה 1-1	נכים - ללא תשלום
<b>גברים + נשים</b>							
טאי צ'י	8029-2	א', ה'	18.00	אלישע מרטינז אפרת אגמון	755 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
יוגה רכה - וניוגה	8033-2	א', ה'	17.45	עדי בוכמן	1,182 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
יוגה	8030-1	ג', ה'	11.10	דליה רוזנברגר	1,182 ₪	אולם שמאל - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
יוגליטיס ג' ה'	8101-1	ג', ה'	10.20	דליה רוזנברגר	1,182 ₪	אולם שמאל - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
	8203-1	ג', ה'	12.15	דליה רוזנברגר	1,182 ₪	אולם שמאל - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
פילאטיס מזרן	8202-2	א', ד'	16.00	מיכל ארטמן	1,182 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
התעמלות בשיטת פלדנקרייז	8051-2	א'	16.30	אלה גילה	620 ₪	אולם שמאל - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
	8052-2	א'	17.20	אלה גילה	620 ₪	אולם שמאל - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
התעמלות בשיטת פלדנקרייז	8054-1	ב', ד'	8.45	רמי לב-רן	1,182 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
	8053-1	ב', ד'	9.35	רמי לב-רן	1,182 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
התעמלות משולבת: בונה עצם	8002-1	ג', ה'	8.30	פולט סורי	882 ₪	אולם שמאל - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
התעמלות בריאותית	8113-0	ג', ה'	7.30	פולט סורי	882 ₪	אולם שמאל - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
התעמלות בשיטת מחשבת הגוף	8018-2	ב', ד'	16.55	חיה ציפל פריצקי	882 ₪	אולם שמאל - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
	8019-2	ב', ד'	17.45	חיה ציפל פריצקי	882 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
התעמלות במים	8004-1	ג', ה'	7.45	אוולין קנבסקי	1,090 ₪	בריכת שחייה	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
	8108-1	ג', ה'	8.30	אוולין קנבסקי	1,090 ₪	בריכת שחייה	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
	8115-2	ג', ה'	9.15	אוולין קנבסקי	1,090 ₪	בריכת שחייה	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
	8109-2	א'	16.15	אוולין קנבסקי	620 ₪	בריכת שחייה	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
זומבה במים	9004-1	ב', ד'	8.00	אוולין קנבסקי	1,090 ₪	בריכת שחייה	נכים/ות ללא תשלום, בנות זוג בתשלום
<b>נשים</b>							
התעמלות נשים לחיטוב הגוף (ערב)	8003-2	ב', ד'	18.45	ורד פלדמן טורק	882 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	בנות זוג בתשלום
התעמלות נשים (בוקר)	8013-1	ג', ה'	7.30	אורית ארן פרידמן	882 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	בנות זוג בתשלום
	8014-1	ג', ה'	8.15	אורית ארן פרידמן	882 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	בנות זוג בתשלום
	8015-1	ג', ה'	9.00	אורית ארן פרידמן	882 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	בנות זוג בתשלום
	8016-1	ג', ה'	9.45	אורית ארן פרידמן	882 ₪	אולם ימין - קומה 1-1	בנות זוג בתשלום
<b>ענפי ספורט תחרותיים לנכים/ות</b>							
נבחרת שחייה		א', ב', ג', ה', ו'		נח רם		בריכת שחייה	בתאום עם המאמן
טניס בכסאות גלגלים	8038-2			רתם סלע / יורם קיכל		מגרש טניס	בתאום עם המאמן
טניס שולחן		ב', ג', ד', ה', ו'		זאב גליקמן / אלכס קורנמן / לימור גיבשטיין		אולם רב תכליתי	בתאום עם המאמן
כדורסל בכסאות גלגלים	9010-2			אריאל אוטולנגי/רועי רוזנברג/כפיר ניימרק/אלון דור און /מיקי זיידא		אולם כדורסל	בתאום עם המאמן
כדורעף	8047-2	א', ה'	20:00	חגי זמיר		אולם כדורסל	בתאום עם המאמן
קט רגל	8064-2	ב'	20:00	איציק חליפי/ נח אינשטיין		אולם כדורסל	בתאום עם המאמן
אופני יד	8089-2	ב', ו'	6:00	מאיר כרמון / אשר בוזגלו		מרכז ספורט הדר יוסף	בתאום עם המאמן
אופני טנדס - עיוורים	8049-2			אילן סיון / אודי וולניץ			בתאום עם המאמן
כדור שער - עיוורים	8048-2	ג', ה'	15.00	רז שהם		אולם כדורסל	בתאום עם המאמן
ריקודים לטיניים סלונים בכסאות גלגלים	8090-2	ב', ה'	8.00	ילנה פייטליכר		אולם רב תכליתי	בתאום עם המאמן
ביליארד / סנוקר	4924-11	א' - ש'		דוד וייצמן		חדר סנוקר	בתאום עם המאמן
<b>ענפי ספורט לנכים/ות לבני משפחה</b>							
קליעה	8094-2	ב', ד', ה'	15-18	דובי טל/גיל סימקוביץ	420 ₪	מטווח	נכים/ות ללא תשלום, בני משפחה בתשלום
בדמינטון	8032-2	ב', ד'	16-18	עודד חבשוש	420 ₪	אולם כדורסל	נכים/ות ללא תשלום, בני משפחה בתשלום
חץ וקשת	8036-2	ב', ו'	12.00	עמית דרור	420 ₪	אולם כדורסל	נכים/ות ללא תשלום, בני משפחה בתשלום
קבוצת ריצה	9303-2	א' - ב' - ג' - ד' - 5.45 - 20.30		אור דלח	420 ₪	פארק אקולוגי הוד השרון	נכים/ות ללא תשלום, בני משפחה בתשלום
<b>ספורט ימי לנכים/ות</b>							
חתירה בקיאקים ימיים	8055-2			רמי גיל	1,110 ₪	מרכז דניאל לחתירה	הרשמה באגף הספורט
שייט יאכטות	8056-2	ו'	10.00	ג'ו חלפון	540 ₪	מרינה הרצליה	הרשמה באגף הספורט

