

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
27.8	28.8	29.8	30.8	31.8	1.9	2.9
19:00 - בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'		6:00 אימון שחייה				
3.9	4.9	5.9	6.9	7.9	8.9	9.9
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'		6:00 - אימון שחייה 19:00 בוגרים ד' 20:00 - אימון כושר מתקדם			מרוץ ערד מצדה	
10.9	11.9	12.9	13.9	14.9	15.9	16.9
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'		הפתעה	6:00 - אימון שחייה 19:00 בוגרים ד' 20:00 - אימון כושר מתקדם		מרוץ תנ"כ תש"ח	
17.9	18.9	19.9	20.9	21.9	22.9	23.9
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'			6:00 אימון שחייה 7:00 אימון ריצה וכושר ערב ראש השנה	ראש השנה	ראש השנה	
24.9	25.9	26.9	27.9	28.9	29.9	30.9
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'		העשרה	6:00 - אימון שחייה 19:00 בוגרים ד' 20:00 - אימון כושר מתקדם		זינוק ב 00:00 לריצת 53 ערב יום כיפור	יום כיפור

















