

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
29	30	31	1.11	2.11	3.11	4.11
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'	18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'	19:00 בוגרים 20:00 כושר מתקדם	530- אימון שחייה 19:00 בוגרים אימון כושר מתקדם 20:30 טרי' נשים			
5.11.2017	6.11.2017	7.11.2017	8.11.2017	9.11.2017	10.11.2017	1.11.2018
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'	18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'		5:30 אימון שחייה 19:00 בוגרים 19:45 כושר מתקדם 20:30 טרי' נשים			ניצוצות- ברנר גבעתיים 11:00
12.11.2017	13.11.2017	14.11.2017	15.11.2017	16.11.2017	17.11.2017	18.11.2017
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'	18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'	19:00 בוגרים 20:00 כושר מתקדם	5:30 אימון שחייה כוח החלוץ אילת	מחנה אימונים מדברי	מחנה אימונים מדברי	מחנה אימונים מדברי
19.11.2017	20.11.2017	21.11.2017	22.11.2017	23.11.2017	24.11.2017	25.11.2017
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 20:00 טרי' נשים 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'	18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'	אימון הפתעה 20:00	5:30 אימון שחייה 19:00 בוגרים ד' 19:00 טרי' נשים 20:00 כושר מתקדם			
26.11.2017	27.11.2017	28.11.2017	29.11.2017	30.11.2017	1.12.2017	2.12.2017
18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 20:00 טרי' נשים 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'	18:00 ילדים 19:00 בוגרים א' 6:00 בוגרים ב' 18:00 נוער 19:00 נשים 20:00 בוגרים ג'		5:30 אימון שחייה 19:00 בוגרים ד' 19:00 טרי' נשים 20:00 כושר מתקדם	אימון העשרה 20:00	חצי מרתון עמק המעיינות	



