

מועדון כדורסל בנימינה גבעת-עדה - כל האימונים באולם המרכזי בבנימינה, העצמאות 32, אלא אם רשום אחרת

הקבוצה	שישי 30.1	שבת 31.1	ראשון 1.2	שני 2.2	שלישי 3.2	רביעי 4.2	חמישי 5.2	שישי 6.2	שבת 7.2
קטסל ה' אשכולות בראשית אלמוג	14:00-15:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ה'	שבת שלום		15:45-17:15 (מתחילים באולם ויוצאים למקורה ב 16:45)	17:00 משחק חריץ נגד חוף כרמל צפון		15:45-17:00	14:00-15:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ה'	שבת שלום
קטסל ה' גבע אמירים אלמוג	14:00-15:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ה'	שבת שלום	17:45-19:15 גבע /	15:45-17:15 (מתחילים באולם ויוצאים למקורה ב 16:45)			15:45-17:00	14:00-15:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ה'	שבת שלום
קטסל ו' בנימינה ג"ע אלמוג	13:00-14:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ו'	שבת שלום	15:45-17:00 אימון /			19:00-20:30 גבע	17:00-18:30 מקורה /	13:00-14:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ו'	שבת שלום
נוער אלמוג		שבת שלום	20:00-21:30 אימון /	20:30 משחק סגור נגד תל מונד		17:15-18:15 חדר כושר פוקס /	20:00-21:30		שבת שלום
נערים ט' אלמוג	12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ז' ט'	שבת שלום	18:30-20:00	17:40-18:55 מקורה / 18:55-19:40 אתלטיקה פוקס מקורה / 20:00 אלקילות: שחר אנגלנדר, שקד שטיין, יוסף גרונד	19:30-21:00	18:15-19:00 חדר כושר פוקס / 19:00-20:30 אימון /		12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ז' ט'	שבת שלום
ילדות שי	13:00-14:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ו'	שבת שלום	17:15-18:30 אימון / 18:30-19:15 מקורה / חדר כושר פוקס /	17:30-19:00 אימון /		17:15-18:45		13:00-14:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ו'	שבת שלום
ילדים ז' ג"ע בימינה שי	12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ז' ט'	שבת שלום	16:00-17:15 אימון / 17:15-18:15 מקורה / חדר כושר פוקס /	19:00-20:30 אימון / (ב- 20:00 יוצאים למקורה בשל משחק נוער)	14:30-15:15 אתלטיקה פוקס / 15:15-16:30 אימון /		17:00-18:30 אימון /	12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ז' ט'	שבת שלום
ילדים ח' רותם	12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ז' ט'	19:30-21:00 אימון /		16:00-17:15 אימון כרמים / 17:15-18:00 אתלטיקה פוקס כרמים מגרש חיצוני (כשגשום נכנסים לחדר כושר באולם כרמים)		16:15-17:15 חדר כושר פוקס / 17:15-18:30 אימון מקורה /	18:30-20:00	12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ז' ט'	19:30-21:00 אימון /
נערים י' רותם	12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ז' ט'	18:00-19:30 אימון /	17:00-18:30	16:30-17:15 אתלטיקה פוקס כרמים מגרש חיצוני (כשגשום נכנסים לחדר כושר באולם כרמים) / 17:15-18:30 אימון כרמים		16:00-17:15 אימון / 17:15-18:15 חדר כושר פוקס /		12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ז' ט'	18:00-19:30 אימון /
בוגרים ליגה ב' עופר	12:00-15:00 פרוייקט מצויינות 16:00-18:00 בוגרים יועד קרושינבסקי	שבת שלום	21:30		21:30-23:30 בוגרים חובבים רונן ניר	20:30		12:00-15:00 פרוייקט מצויינות 16:00-18:00 בוגרים יועד קרושינבסקי	שבת שלום