

מערכת אימונים מועדון כדורסל בנימינה גבעת עדה / האימונים באולם המרכזי בבנימינה, אלא אם כן צויין מאחרת בסמוך לשעת האימון

שבת 17.10	שישי 16.10	חמישי 15.10	רביעי 14.10	שלישי 13.10	שני 12.10	ראשון 11.10	שבת 10.10	שישי 9.10	הקבוצה
שבת שלום			15:45-17:15		15:00-16:30 מקורה	15:45-17:00 אימון	שבת שלום		קטסל ה' בראשית אמירים אשכולות אלמוג
שבת שלום			17:15-18:45 מקורה		18:30-20:00 גבע	15:45-17:00 אימון	שבת שלום		קטסל ה' גבע הנדיב אלמוג
שבת שלום		15:45-17:15		15:00-16:30 אימון	16:00-16:45 אתלטיקה חיצוני כרמים (בגשם נכנסים לחדר כושר) / 16:45-18:00 כרמים		שבת שלום		קטסל ו' בנימינה ג"ע אלמוג
שבת שלום		15:45-17:15		15:00-16:30 אימון	16:00-16:45 אתלטיקה חיצוני כרמים (בגשם נכנסים לחדר כושר) / 16:45-18:00 כרמים		שבת שלום		קטסל ו' ג"ע בנימינה אלמוג
שבת שלום		17:15-18:30 אימון / 18:30 מזכירות: גיא מאור, יאיר גופר	18:00-18:45 חדר כושר / 18:45-20:00 מקורה	19:30-21:00 אימון		17:00-18:15 אימון / 18:15-19:00 אתלטיקה מקורה	שבת שלום		ילדים ז' כחול אלמוג/גיל
שבת שלום		19:00 משחק בית נגד פרדס חנה	17:15-18:30 אימון / 18:45-19:30 חדר כושר		17:30-19:00 אימון מקורה	17:15-18:15 אתלטיקה מקורה / 18:15-19:30 אימון 19:30 מזכירות: אורי קודר, איתי קליין	שבת שלום		ילדים ח' עופר
שבת שלום	10:30-11:30 חדר כושר / 11:30-13:00 אימון	16:15-17:30 כרמים / 17:30-18:15 אתלטיקה חיצוני כרמים (בגשם נכנסים לחדר כושר) / 18:30 מזכירות: אביב יוגב			18:00-19:30 כרמים	20:00 משחק בית נגד ג'אסר	שבת שלום	10:30-11:30 חדר כושר / 11:30-13:00 אימון	נערים שמעון כחול
שבת שלום		17:30-19:00 אימון כרמים /		19:30-21:00 אימון מקורה	17:30-18:45 אימון / 19:00-19:45 אתלטיקה מקורה	19:00 משחק חוץ נגד טבעון	שבת שלום		נערים אביעד כתום
20:00-21:30	13:00-14:30	17:30-18:15 אתלטיקה חיצוני כרמים (בגשם נכנסים לחדר כושר) /			20:00-21:30	19:30 מזכירות: שחר אנגלנדר	20:00-21:30	13:00-14:30	נוער רותם
שבת שלום			18:30-20:00 אימון		17:45-18:45 חדר כושר / 18:45-20:00 אימון	17:45-19:15 באולם גבע	שבת שלום		ילדות גיל
שבת שלום	13-15 מצוינות 16-18 מבוגרים	20:45 נשים/אימהות	20:30			21:00	שבת שלום	13-15 מצוינות 16-18 מבוגרים	בוגרים ליגה ב'