

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

הקבוצה	שישי 30.9	שבת 1.10	ראשון 2.10	שני 3.10	שלישי 4.10	רביעי 5.10	חמישי 6.10	שישי 7.10	שבת 8.10	הקבוצה
ילדות בנות שי	11:50-13:20 בגבע					יום כיפור חתימה טובה			שבת שלום	ילדות בנות שי
קטסל ו' ג"ע שי	13:45-15:15 במקורה					יום כיפור חתימה טובה			שבת שלום	קטסל ו' ג"ע שי
ח לאומית שי	10:00-11:15 אימון + 11:15-12:00 חדר כושר		19:30-21:00 בגבע	15:30-16:45 אימון בכרמים + 16:45-17:30 אתלטיקה במקורה		יום כיפור חתימה טובה			שבת שלום	ח לאומית שי
ילדים ז-ח מחזות אלתד	12:00-13:00 חדר כושר + 13:00-14:15 אימון			11:00-12:30 בגבע		יום כיפור חתימה טובה			שבת שלום	ילדים ז-ח מחזות אלתד
נערים ט-א ארצית אלתד	11:15-13:00 אימון + 13:00-13:45 חדר כושר/ או אתלטיקה במקורה		18:15-19:45 במקורה			יום כיפור חתימה טובה	17:00-18:30 אימון + 18:30-19:15 חדר כושר		שבת שלום	נערים ט-א ארצית אלתד
קטסל ה' אלמוג				17:00-18:30	12:00-13:30	יום כיפור חתימה טובה			שבת שלום	קטסל ה' אלמוג
קטסל ו' אלמוג				18:30-20:00	8:30-10:00	יום כיפור חתימה טובה			שבת שלום	קטסל ו' אלמוג
נערים ט אלמוג			18:30-20:00	19:15-20:00 אתלטיקה במקורה + 20:00-21:30 אימון במקורה		יום כיפור חתימה טובה	17:45-18:30 חדר כושר + 18:30-20:00 אימון		שבת שלום	נערים ט אלמוג
ילדים ז רונאל	13:30-15:00 בגבע			17:15-18:30 אימון במקורה. 18:30-19:15 + אתלטיקה במקורה		יום כיפור חתימה טובה	17:30-19:00 בכרמים.		שבת שלום	ילדים ז רונאל
קטסל ה' בנימינה גיא			17:00-18:30	17:00-18:30		יום כיפור חתימה טובה	17:00-18:30 במקורה.		שבת שלום	קטסל ה' בנימינה גיא
נוער ארצית רותם				20:00-21:30		יום כיפור חתימה טובה	19:15-20:00 חדר כושר + 20:00-21:15 אימון		שבת שלום	נוער ארצית רותם
בוגרים ב' ליגה ב'			21:30			יום כיפור חתימה טובה			שבת שלום	בוגרים ב' ליגה ב'
פעילות נוספת	16:00- מובגרים- טל פרומר / יועד קרישינובסקי	שבת שלום			21:30- מובגרים- ניר גלברג / דורון פלס	יום כיפור חתימה טובה			שבת שלום	פעילות נוספת