

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

הקבוצה	שבת 24.3	שבת 25.3	ראשון 26.3	שני 27.3	שלישי 28.3	רביעי 29.3	חמישי 30.3	שישי 31.3	שבת 1.4	הקבוצה
ילדות בנות שי		שבת שלום	16:15-17:30 אימון במקורה + 17:30-18:15 אתלטיקה (פוקס). במקורה (עמיר).			16:30-17:30 חדר כושר (פוקס) + 17:30-19:00 אימון	18:30 אנכירות למשחק ח': טליה רגב, גלי שפי, דניאל כירי.	11:50-13:20 בגבע	21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	ילדות בנות שי
קטסל ו' ג"ע שי	13:45-15:15 אימון במקורה	שבת שלום	18:00-19:30 בגבע .			16:00-17:30		13:45-15:15 אימון במקורה	21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	קטסל ו' ג"ע שי
ח לאומית שי	10:00-11:15 חדר כושר (עמיר) + 11:15-12:00	שבת שלום	19:30-21:00 בגבע .	15:30-16:45 בכריזים + 16:45-17:30 אתלטיקה (פוקס) בכריזים			19:00 משחק פילת נגד כפר יונה.	10:00-11:15 חדר כושר (עמיר) + 11:15-12:00	21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	ח לאומית שי
ילדים ז-ח מחוזית אלעד	+ 13:00-14:15 חדר כושר (עמיר) 12:00-13:00	שבת שלום		17:30-18:15 אתלטיקה (פוקס) בכריזים + 19:30-18:15 אימון בכריזים	19:30-21:00 בגבע		18:30-20:00 במקורה	+ 13:00-14:15 חדר כושר (עמיר) 12:00-13:00	21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	ילדים ז-ח מחוזית אלעד
נערים ט-י ארצית אלעד	11:15-13:00 חדר כושר (עמיר) 13:00-14:00	שבת שלום	18:30-20:00 במקורה.			19:00-20:30	19:30-20:30 חדר + 20:30-22:00 אימון.	11:15-13:00 חדר כושר (עמיר) 13:00-14:00	21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	נערים ט-י ארצית אלעד
קטסל ה' ג"ע אלמוג		שבת שלום		17:00-18:30			17:00-18:30 במקורה		21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	קטסל ה' ג"ע אלמוג
קטסל ו' ג"ע אלמוג		שבת שלום				16:00-17:30	15:30-17:00 במקורה.		21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	קטסל ו' ג"ע אלמוג
נערים ט אלמוג		שבת שלום	18:30 משחק פילת נגד חדרה.	18:30-20:00 אימון.	20:00-21:30 אימון.		17:00-18:30 אימון + 18:30-19:30 חדר כושר (עמיר).		21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	נערים ט אלמוג
ילדים ז רונאל	13:20-15:10 בגבע	שבת שלום	18:00 אנכירות למשחק ח': יאיר פרנקו, אורי גז, רועי בר.		14:30-15:45 אימון + 15:45-16:30 חדר כח (פוקס).		13:30-15:00	13:20-15:10 בגבע	21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	ילדים ז רונאל
קטסל ה' בנימינה גיא		שבת שלום	17:00-18:30 18:00 ממשכים במקורה בשל משחק באולם)				17:00-18:30 במקורה		21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	קטסל ה' בנימינה גיא
נוער ארצית רותם		שבת שלום	20:00-21:30 חדר כושר עם רותם + 20:00-21:30 אימון.	20:00-21:30 אימון			19:00 משחק חוץ נגד נתניה.		21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	נוער ארצית רותם
בוגרים ליגה ב'		שבת שלום	21:30				21:00 משחק חוץ נגד ג'ת.		21:00 צוות מאמנים ועובדים + מנהלי קבוצות ליגה + בני זוג: הרמת כושרית לכבוד חג האביב	בוגרים ליגה ב'
פעילות נוספת	16:00 מבוגרים- טל פרומר / קרישינובסקי	שבת שלום			21:30 מבוגרים- רגון גיר / גלברג / פלס			16:00 מבוגרים- טל פרומר / קרישינובסקי	שבת שלום	פעילות נוספת