

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

הקבוצה	שישי 6.3	שבת 7.3	ראשון 8.3	שני 9.3	שלישי 10.3	רביעי 11.3	חמישי 12.3	שישי 13.3	שבת 14.3
קטסל ה' אשכולות בראשית אלמוג		שבת שלום	15:45-17:15		15:00-16:30		15:45-17:15	14:00-15:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ה'	שבת שלום
קטסל ה' גבע אמירים אלמוג		שבת שלום	15:45-17:15		15:00-16:30		15:45-17:15	14:00-15:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ה'	שבת שלום
קטסל ו' בנימינה ג'ע אלמוג		שבת שלום	17:45-19:15 <b>גבע</b>			15:45-17:15	17:15-18:45 <b>מקורה /</b>	13:00-14:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ו'	שבת שלום
נוער אלמוג		שבת שלום	20:15-21:30	20:15-21:45 אימון /		18:00-18:45 אתלטיקה פוקס / מקורה /	18:45-20:15		שבת שלום
נערים ט' אלמוג		שבת שלום	18:45-20:15	18:15-19:30 <b>מקורה /</b>	19:30-21:00	18:00-18:45 אתלטיקה פוקס / מקורה / 18:45-20:00 אימון /		12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ד'-ט'	שבת שלום
ילדות שי		שבת שלום	17:15-18:45 <b>מקורה</b>	16:15-17:15 חדר כושר /פוקס/ 17:30-18:45 אימון/		17:15-18:45		13:00-14:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ו'	שבת שלום
ילדים ז' ג'ע בימינה שי		שבת שלום	17:15-18:45	18:45-20:15 אימון/	14:30-15:15 אתלטיקה / פוקס מקורה / 15:15-16:30 אימון / מקורה /		17:15-18:30 אימון / 18:30-19:15 חדר כושר /פוקס/	12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ד'-ט'	שבת שלום
ילדים ח' רותם		שבת שלום	17:15-18:45	15:45-17:00 (מתחילים באולם ויוצאים למקורה ב 16:45) 17:15-18:00 חדר כושר /פוקס/			17:30-18:30 חדר כושר /פוקס/ 18:45-20:00 אימון / מקורה /	12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ד'-ט'	19:30-21:00 אימון/
נערים י' רותם		שבת שלום	18:45-20:15	17:00-18:15 <b>מקורה /</b> 18:15-19:00 חדר כושר /פוקס/		20:00-21:30		12:00-13:00 בהרשמה מוקדמת בלבד- אימוני תיגבור ומצויינות ד'-ט'	18:00-19:30 אימון/
בוגרים ליגה ב' עופר	12:00-15:00 פרויקט מצויינות 16:00-18:00 בוגרים חובבים יועד קרושינבסקי	שבת שלום	21:30		21:30-23:30 בוגרים חובבים רונן ניר	21:30		12:00-15:00 פרויקט מצויינות 16:00-18:00 בוגרים חובבים יועד קרושינבסקי	שבת שלום