

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

הקבוצה	שישי 16.10	שבת 17.10	ראשון 18.10	שני 19.10	שלישי 20.10	רביעי 21.10	חמישי 22.10	שישי 23.10	שבת 24.10
קטסל ה' בראשית אמירים אשכולות אלמוג		שבת שלום	15:45-17:00 אימון		17:00 משחק בית נגד פרדיס	15:45-17:15			שבת שלום
קטסל ה גבע הנדיב אלמוג		שבת שלום	15:45-17:00 אימון	18:30-20:00 גבע	18:30 משחק בית נגד גן שמואל				שבת שלום
קטסל ו' בנימינה ג"ע אלמוג		שבת שלום		16:00-16:45 אתלטיקה חיצוני כרמים (בגשם נכנסים לחדר כושר) / 16:45-18:00 כרמים /	15:00-16:30 אימון / 16:30 מזכירות: בועז אלטשולר, יובל מימון		15:45-17:15		שבת שלום
קטסל ו ג"ע בנימינה אלמוג		שבת שלום		16:00-16:45 אתלטיקה חיצוני כרמים (בגשם נכנסים לחדר כושר) / 16:45-18:00 כרמים /	15:00-16:30 אימון		15:45-17:15		שבת שלום
ילדים ז' כחול אלמוג/גיל		שבת שלום	17:00-18:15 אימון / 18:15-19:00 אתלטיקה מקורה /		20:00-21:30 אימון / 18:00 מזכירות: הנדל עמית, יואב נהרי	18:00-18:45 חדר כושר / 18:45-20:00 מקורה /	17:15-18:45 אימון /		שבת שלום
ילדים ח' עופר		שבת שלום	17:15-18:15 אתלטיקה מקורה / 18:15-19:30 אימון / 19:30 מזכירות: איתי קליין, אורי קודר		15:00-16:30 אימון מקורה	16:15-17:15 חדר כושר / 17:15-18:30 אימון /	18:30 משחק חוץ נגד מי עמי		שבת שלום
נערים שמעון כחול	10:30-11:30 חדר כושר / 11:30-13:00 אימון /	שבת שלום	20:00 משחק אימון בחוץ נגד מנשה (אולם עין שמר)	18:00-19:30 כרמים			16:15-17:30 אימון כרמים / 17:30-18:15 אתלטיקה חיצוני כרמים (בגשם נכנסים לחדר כושר) /	10:30-11:30 חדר כושר / 11:30-13:00 אימון /	שבת שלום
נערים אביעד כתום		שבת שלום	20:00 משחק בית נגד חוף כרמל	17:30-18:45 אימון / 19:00-19:45 אתלטיקה מקורה /	16:30 מזכירות: ירין רון + 18:30 מזכירות: ירין רון	16:00-17:15 אימון מקורה / 17:15-18:00 חדר כושר	17:30-19:00 אימון כרמים /		שבת שלום
נוער רותם	13:00-14:30	20:00-21:30	19:30 מזכירות: שחר אנגלנדר	20:00-21:30 אימון			19:00-20:30		20:00-21:30
ילדות גיל		שבת שלום	17:45-19:15 באולם גבע	17:45-18:45 חדר כושר / 18:45-20:00 אימון		18:30-20:00 אימון			שבת שלום
בוגרים ליגה ב'	13-15 מצוינות 16-18 מבוגרים	שבת שלום	21:30			20:30		13-15 מצוינות 16-18 מבוגרים	שבת שלום