

מערכת פעילות מתקני ספורט סמסטר חורף תשפ"ו

שעות	אולם א'	אולם ב'	ח.בושר/סקווש כיתת לימוד	טניס/חיצוני	ברכה/חיצוני	חיצוני/סינחטי	חיצוני	אולם חורב
06.30-07.00							802-37	
07.00-07.30								
07.30-08.00		801-11					808-20	סאפ, גלשני רוח
08.00-08.30		חור				8.00-9.30	פקה	
08.30-09.00		כ.ב בקצב אישי				802-40,36,38	פילאטיס מבשרים	כדור עף בגים
09.00-09.30	801-34	807-10	805-12	804-11	802-16	800-12	803-53	סאפ, קויאקים
09.30-10.00		גלית	אלקי		טימאה	פקה		8.30,9.30
10.00-10.30	פילאטיס	חיזוק ומתיחות	יוגה מתק' 10.30	טניס	שחיה בינוני	הליכה ספורטיבית		805-36
10.30-11.00	805-20	804-31	808-17	804-30	802-15	807-30	803-54	9.00-10.30
11.00-11.30			פקה		טימאה	מק"ק		טיפוס ספורטיבי
11.30-12.00	פלדנקרייז	טניס שולחן	חדר כושר מעורב	טניס בינוני	שחיה מתחילים	אירובי קנגו		805-35
12.00-12.30	805-21	804-32	807-25	804-17	802-17		803-16	10.30-12.00
12.30-13.00			אלקי		טימאה			טיפוס ספורטיבי
13.00-13.30	פלדנקרייז	טניס שולחן	מדרשת תנועתית	טניס מתקדמים	שחיה שלב ב'			כדור עף בבית
13.30-14.00		806-28	804-14		802-18			
14.00-14.30	800-16		פקה		טימאה			
14.30-15.00	דפנה	קרב מגע	סקווש		אקוואפורסה	803-36		
15.00-15.30	HIT & RUN	806-15						
15.30-16.00	כושר גופני					כדור עף חופים	807-12	
16.00-16.30	דפנה	קרב מגע						גלית
16.30-17.00	סגל מעורב	806-17,902-21						פיאטיס TRX מעורב
17.00-17.30								
17.30-18.00	803-30	ג'ודו						כדור יד ימים
18.00-18.30	כדור סל בבית	820-10	סקווש מתקדמים					803-31
18.30-19.00	803-15	גלית						כדור יד בגים
19.00-19.30	זומבה מעורב	902-18						902-16
19.30-20.00	כדור סל בבית							805-31
20.00-20.30	902-40							20.30-22.00
20.30-21.00		טני"ש						902-13
21.00-21.30	כדור סל בבית	804-33						807-22
21.30-22.00								מקולטה לרפואה
22.00-22.30								פילאטיס מבשרים
22.30-23.00								
23.00-23.30								
23:30-00:00								
00:00-01:45								

מערכת פעילות מתקני ספורט סמסטר חורף תשפ"ו

שעות	אולם א' /כיתת לימוד	אולם ב'	ברכה/חופים	חיצוני	חיצוני/דשא/סינחטי	אולם חורב	טניס/חיצוני
06.30-07.00		פילאטיס סגל					
07.00-07.30		דפנה					
07.30-08.00		808-12					902-17,46
08.00-08.30		גלית					
08.30-09.00		TRX מעורב					טניס
09.00-09.30		807-14					804-44
09.30-10.00		טימאה					
10.00-10.30		TRX מעורב					טניס
10.30-11.00		805-26					804-43
11.00-11.30		אלקי					טניס
11.30-12.00		יוגה					
12.00-12.30		805-27					804-45
12.30-13.00		אלקי					
13.00-13.30		יוגה מאזנת					טניס בינוני
13.30-14.00							
14.00-14.30		807-16					
14.30-15.00		דפנה					
15.00-15.30		HIT & RUN					
15.30-16.00		סגל					
16.00-16.30		803-37					803-19
16.30-17.00		806-16					
17.00-17.30		כדור עף בבית					
17.30-18.00		902-41					
18.00-18.30		כדור עף בבית					
18.30-19.00		902-14					
19.00-19.30		902-29					
19.30-20.00		כדור עף בגים					
20.00-20.30		803-33					
20.30-21.00		כדור סל מתקדמים					
21.00-21.30							
21.30-22.00							
22.00-22.30							
22.30-23.00							
23.00-23.30							
23:45-00:00							
00:00-01:45							

מערכת פעילות מתקני ספורט סמסטר חורף תשפ"ו

שעות	אולם א'	אולם ב'	ח.ב/טניס	טניס/סקווש	ברכה	חיצוני/סינחטי	אולם חורב
06.30-07.00		TRX סגל					
07.00-07.30		גלית					
07.30-08.00							803-24
08.00-08.30							חור
08.30-09.00							כדור עף בגים
09.00-09.30		801-41					803-26
09.30-10.00							זורית
10.00-10.30		עיצוב דינמי					כדור רשת בבית
10.30-11.00		806-13,39					803-22
11.00-11.30							זורית
11.30-12.00		קארטה					כדור רשת בבית
12.00-12.30		806-14					
12.30-13.00							
13.00-13.30		קארטה					803-51
13.30-14.00		807-17					802-45,49
14.00-14.30		גלית					מרכז ימי בת גלים
14.30-15.00		פילאטיס TRX מעורב					שייט, גלישת רוח
15.00-15.30		807-13					802-46,50
15.30-16.00		דפנה					מרכז ימי בת גלים
16.00-16.30		HIT מעורב					שייט, גלישת רוח
16.30-17.00							נבחרת עובדים
17.00-17.30		803-39					קטורגל
17.30-18.00							
18.00-18.30		כדור סל					
18.30-19.00		803-52					803-44
19.00-19.30							רובי בגים
19.30-20.00		כ.סל מתקדמות					802-42
20.00-20.30		902-40					
20.30-21.00							
21.00-21.30		כדור סל בבית					
21.30-22.00							
22.00-22.30							
22.30-23.00							
23.00-23.30							
23:30-00:00							
00:00-01:45							

מערכת פעילות מתקני ספורט סמסטר חורף תשפ"ו

שעות	אולם א'	אולם ב'	ח.בושר/סקווש	טניס/כיתת לימוד	ברכה/חופים	חיצוני	סינחטי/חיצוני	אולם חורב
06.30-07.00		פילאטיס סגל						
07.00-07.30		דפנה						
07.30-08.00		808-18						
08.00-08.30		טימאה						
08.30-09.00		כ"ג בק, אישי בגים						
09.00-09.30		801-31						
09.30-10.00		טימאה						
10.00-10.30		חיזוק ומתיחות						
11.00-10.30		806-39						803-21
11.00-11.30								אשר
11.30-12.00		קארטה מתקדמים						קטורגל
12.00-12.30								803-28
12.30-13.00								אשר
13.00-13.30		806-23						קטורגל בגים
13.30-14.00								803-49
14.00-14.30		טאקוונדו						אשר
14.30-15.00		806-24,25						קטורגל בגים
15.00-15.30								
15.30-16.00		טאקוונדו						
16.00-16.30		803-38						
16.30-17.00								
17.00-17.30		כדור עף						
17.30-18.00		803-50						
18.00-18.30								
18.30-19.00		כדור סל						
19.00-19.30		803-34						
19.30-20.00								
20.00-20.30		כדור סל רפואה						
20.30-21.00		803-18						
21.00-21.30								
21.30-22.00		כדור סל						
22.00-22.30								
22.30-23.00								
23.00-23.30								
23:30-00:00								
00:00-01:45								

מערכת פעילות מתקני ספורט סמסטר חורף תשפ"ו

שעות	אולם א'	אולם ב'	חדר בושר/ סקווש	ברכה	טניס/דשא/חיצוני	חיצוני	אולם חורב/חיצוני
06.30-07.00							
07.00-07.30							
07.30-08.00		805-24					
08.00-08.30		יוגה					
08.30-09.00		סגל נשים					
09.00-09.30							
09.30-10.00							
10.00-10.30		דפנה					
10.30-11.00		801-20					
11.00-11.30		טימאה					
11.30-12.00		פונקצינולי					
12.00-12.30		807-26					
12.30-13.00		גלית					
13.00-13.30		חיזוק ומתיחות מעורב					
13.30-14.00		801-10					
14.00-14.30		גלית					
14.30-15.00		BARÉE FITNESS					
15.00-15.30							
15.30-16.00		כושר גופני					
16.00-16.30		דפנה					
16.30-17.00		סגל גברים					
17.00-17.30		820-14,15					
17.30-18.00							
18.00-18.30		ריקודים סלונים					
18.30-19.00		804-42					
19.00-19.30							
19.30-20.00		בדמינגטון					
20.00-20.30							
20.30-21.00							
21.00-21.30							
21.30-22.00							
22.00-22.30							
22.30-23.00							
23.00-23.30							
23:30-00:00							
00:00-01:45							

מערכת פעילות מתקני ספורט סמסטר חורף תשפ"ו

יום שישי

שעות	אולם א'	אולם ב'	ברכה	חיצוני	חיצוני	חורב/חיצוני				
06.30-07.00										
07.00-07.30										
07.30-08.00										
08.00-08.30										
08.30-09.00										
09.00-09.30	סגל בכיר					803-27				
09.30-10.00	דפנה					חזה				
10.00-10.30										כדור עץ בנים
10.30-11.00										805-16,902-35
11.00-11.30										11-14, 8-9.30
11.30-12.00										כיווט ספורטיבי
12.00-12.30										805-37
12.30-13.00										8.30-10.00
13.00-13.30										קארטינג בים
13.30-14.00										805-38
14.00-14.30										10.00-11.30
14.30-15.00										קארטינג בנות
15.00-15.30										
15.30-16.00										
16.00-16.30										
16.30-17.00										
17.00-17.30										
17.30-18.00										
18.00-18.30										
18.30-19.00										
19.00-19.30										
19.30-20.00										
20.00-20.30										
20.30-21.00										
21.00-21.30										
21.30-22.00										
22.00-22.30										
22.30-23.00										
23.00-23.30										
23.30-00.00										
00.00-01.45										