



קורסים בחינוך גופני לעובדים, סגל ופנסיונרים

הקורסים מיועדים לעובדי טכניון/ מוסד הטכניון וחברי סגל בלבד.

יש למלא **הצהרת בריאות** בהתאם לטופס המצורף

(מעל גיל 60 יש גם להציג אישור רפואי).

ההשתתפות בקורסים מעבר לשעות העבודה.

שיעור	ימים	שעה	מיקום	ג/נ
התעמלות גברים	ה	15:45-16:30	אולם א'	גברים
מעורב – התעמלות	א	15:45-16:30	אולם א'	מעורב
פילאטיס – מעורב	ב	09:00-09:45	אולם ב'	מעורב
פילאטיס עובדים וסגל אקדמי	ב	06:30-07:30	אולם ב'	מעורב
פילאטיס עובדים וסגל אקדמי	ד	06:30-07:30	אולם ב'	מעורב
התעמלות נשים	ב	15:45-16:30	אולם ב'	נשים
מעורב – TRX	ג	06:45-07:30	אולם ב'	מעורב
כדור עף חופשי – מעורב	ג	16:30-18:00	אולם א'	מעורב
התעמלות מעורב מעל גיל 50	ו	09:00-09:50	אולם א'	גברים
התעמלות נשים	ה	09:00-09:45	אולם ב'	נשים
אקוואפורסה	א	15.45-16.45	בריכה	מעורב
אקוואפורסה	ב	15.45-16.45	בריכה	מעורב