

מקצועות ספורט (המשך)				מקצועות ספורט				מקצועות ספורט			
(המשך)				(2) עמ':				(1) עמ':			
394800 חינוך גופני-כושר בנים				394800 חינוך גופני-כושר בנים				394800 חינוך גופני-כושר בנים			
(המשך)				שעות הוראה בשבוע: ת-2				שעות הוראה בשבוע: ת-2			
				נק: 1.0				נק: 1.0			
				מקום 268				מקום 268			
				נרש. 261				נרש. 261			
				פנוי 7				פנוי 7			
17 היט - מעורב ג'15.00-16.30 בנ.ספורט				מורה אחראי : גב ח.מרגלית				מורה אחראי : גב ח.מרגלית			
18 פונקציונלי-מעורב ג'9.00-10.30 בנ.ספורט				1. מטרת הקורס - פיתוח מרכיבי הכושר הגופני בעצמיות שונות.				1. מטרת הקורס - פיתוח מרכיבי הכושר הגופני בעצמיות שונות.			
19 היט אנד ראן מעורב ב'14.00-15.30 דשא סינת				יש להגיע לשיעור בבגדי ונעלי ספורט ומגבת. נוכחות חובה בכל השיעורים.				יש להגיע לשיעור בבגדי ונעלי ספורט ומגבת. נוכחות חובה בכל השיעורים.			
20 פילאט טיארק מעו ג'14.30-16.00 דשא סינת				2. קבוצה 21-אימון יציבה מתקדם המתמקד בחיזוק שרירים וסבולת לב-ריאה.				2. קבוצה 21-אימון יציבה מתקדם המתמקד בחיזוק שרירים וסבולת לב-ריאה.			
21 קור פיטנס-מעורב ו'10.30-12.00 אולם ב'				קב' 17+32 היי אינטנסיטי טריינינג אימון אינטרוולים בעצימות גבוהה.				קב' 17+32 היי אינטנסיטי טריינינג אימון אינטרוולים בעצימות גבוהה.			
22 חדר כושר-מעורב ג'10.30-12.00 חדר כושר				קבוצה 21-אימון יציבה מתקדם המתמקד בחיזוק שרירים וסבולת לב-ריאה.				קבוצה 21-אימון יציבה מתקדם המתמקד בחיזוק שרירים וסבולת לב-ריאה.			
23 חדר כושר-מעורב ד'10.30-12.00 חדר כושר				אולם ב'-אולם ההתעמלות הקטן בבניין הספורט.				אולם ב'-אולם ההתעמלות הקטן בבניין הספורט.			
24 חדר כושר-מעורב ה'10.30-12.00 חדר כושר				3. קבוצה 20 - דרוש ידע מוקדם. כושר - מעשי ועיוני. יש להצטייד בבגדי ונעלי ספורט ומגבת.				3. קבוצה 20 - דרוש ידע מוקדם. כושר - מעשי ועיוני. יש להצטייד בבגדי ונעלי ספורט ומגבת.			
25 פונקציונלי-מעורב ו'9.00-10.30 ב.חורב				בשיעור הראשון של הסמסטר יש למלא הצהרת בריאות כתנאי השתתפות בקורסי חדר הכושר.				בשיעור הראשון של הסמסטר יש למלא הצהרת בריאות כתנאי השתתפות בקורסי חדר הכושר.			
26 פילאטיס - מעורב ו'7.30-9.00 אולם ב'				קב' 17+32 היי אינטנסיטי טריינינג אימון אינטרוולים בעצימות גבוהה.				קב' 17+32 היי אינטנסיטי טריינינג אימון אינטרוולים בעצימות גבוהה.			
27 פילאטיס - מעורב ב'18.00-19.30 בנ.ספורט				4. אימון אינטרוולים בעצימות גבוהה. קבוצה 20 - דרוש ידע מוקדם.				4. אימון אינטרוולים בעצימות גבוהה. קבוצה 20 - דרוש ידע מוקדם.			
28 טיארקס - מעורב א'7.30-9.00 בנ.ספורט				5. קבוצה 18,11 -פונקציונלי מעורב- אימון עצים בסניכרון מוזיקה.				5. קבוצה 18,11 -פונקציונלי מעורב- אימון עצים בסניכרון מוזיקה.			
30 טיארקס - מעורב ג'10.30-12.00 אולם ב'				6. אולם ב'-אולם ההתעמלות הקטן בבניין הספורט				6. אולם ב'-אולם ההתעמלות הקטן בבניין הספורט			
32 היט - מעורב ו'7.30-9.00 בנ.ספורט				7. קבוצות 22-24 פיתוח כושר גופני בחדר כושר- מעשי ועיוני. יש להצטייד בבגדי ונעלי ספורט ומגבת. בשיעור הראשון של הסמסטר יש למלא הצהרת בריאות כתנאי השתתפות בקורסי חדר הכושר.				7. קבוצות 22-24 פיתוח כושר גופני בחדר כושר- מעשי ועיוני. יש להצטייד בבגדי ונעלי ספורט ומגבת. בשיעור הראשון של הסמסטר יש למלא הצהרת בריאות כתנאי השתתפות בקורסי חדר הכושר.			
34 טיארקס-פונקצנ מ ב'10.30-12.00 מק"ק				8. הקורסים המתקיימים במתקן "דשא סינת" - הכוונה למגרש הדשא הסינתטי המקורה.				8. הקורסים המתקיימים במתקן "דשא סינת" - הכוונה למגרש הדשא הסינתטי המקורה.			
35 מודעות תנועתית א'12.15-13.45 כ.לימוד				9. קבוצות מעבר ל 35 - מיועדות לתלמידים מסין				9. קבוצות מעבר ל 35 - מיועדות לתלמידים מסין			
81											
394801 חינוך גופני - התעמלות כללית בנות											
שעות הוראה בשבוע: ת-2											
נק: 1.0											

מקצועות ספורט (המשך)				מקצועות ספורט (המשך)			
עמ': (3)				עמ': (4)			
394801 חינוך גופני - התעמלות כללית בנות (המשך)				394801 חינוך גופני - התעמלות כללית בנות (המשך)			
4. קבוצה 14-אימון יציבה מתקדם המתמקד בחיזוק שרירים וסיבולת לב ריאה				29 פילאטיס - רפואה בי' 18.30-20.00 ח.כ.רפוא	10	11	-1
5. קבוצות 45, 15 פונקציונלי מעורב - אימון עצים בסינכרון מוזיקה. גבוהה.				30 היט - מעורב גי' 15.00-16.30 בנ.ספורט	11	11	0
6. קבוצה 29 מיועדת לרפואניות בלבד.				31 חיזוק ומתיחות די' 9.00-10.30 בנ.ספורט	22	22	0
7. קבוצות 36,30 היט-הייל אינטנסיבי גבוהה.				32 הליכה ספורטיבית הי' 9.00-10.30 דשא סינת	18	18	0
8. אינטרוולים בעצימות גבוהה				33 טיארקס - מעורב אי' 7.30- 9.00 בנ.ספורט	10	10	0
10 טי.אר.אקס מעורב בי' 9.00-10.30 בנ.ספורט	9	9	0	34 פילאטיס אי' 9.00-10.30 ב.חורב	20	20	0
11 כ"ג בקצב אישי אי' 9.00- 7.30 אולם בי' מדריך: גב ח.מרגלית	25	25	0	35 פילאט טיארקס מעו הי' 12.00-13.30 בנ.ספורט	9	9	0
12 פילאטיס - מעורב וי' 9.00- 7.30 אולם בי'	14	14	0	36 היט - מעורב וי' 9.00- 7.30 בנ.ספורט	10	6	4
13 טיארקס מעורב הי' 13.30-15.00 בנ.ספורט	10	10	0	37 בודי בלט גי' 9.00- 7.30 אולם בי'	20	20	0
14 קור פיטנס-מעורב וי' 10.30-12.00 אולם בי'	10	10	0	38 מודעות תנועתית אי' 12.15-13.45 כ.לימוד	0	2	-2
15 פונקציונלי-מעורב גי' 9.00-10.30 בנ.ספורט	11	11	0	39 פילאטיס - מעורב בי' 18.00-19.30 בנ.ספורט	10	10	0
16 היט אנד ראן מעור בי' 14.00-15.30 דשא סינת	11	11	0	40 עיצוב וחייטוב הי' 10.30-12.00 מק"ק	20	20	0
17 פילאט טיארקס מעו גי' 14.30-16.00 דשא סינת	9	9	0	41 עיצוב דינאמי גי' 9.00-10.30 אולם בי'	20	20	0
18 פילאטיס הי' 12.00-13.30 אולם בי'	22	22	0	42 טיארקס-פונקס מע בי' 10.30-12.00 מק"ק	10	10	0
19 אירובי+עיצוב בי' 10.00-11.30 אולם בי'	22	22	0	43 פילאטיס הי' 12.00-13.30 מק"ק	20	20	0
20 אירובי+עיצוב הי' 10.30-12.00 אולם בי'	22	22	0	44 אירובי מדרגה הי' 9.00-10.30 מק"ק	20	20	0
21 אירובי+עיצוב בי' 11.30-13.00 אולם בי'	22	22	0	45 פונקציונלי-מעורב וי' 9.00-10.30 ב.חורב	6	6	0
22 יוגה רפואה אי' 19.00-20.30 ח.כ.רפוא	10	10	0	394802 חינוך גופני - שחיה נק: 1.0	367	361	פנוי 6
23 פילאטיס די' 9.15- 7.45 אולם בי'	20	20	0	שעות הוראה בשבוע: ת-2			
24 חדר כושר-מעורב גי' 10.30-12.00 חדר כושר	17	17	0	מורה אחראי: גב ח.מרגלית			
25 חדר כושר-מעורב די' 10.30-12.00 חדר כושר	17	17	0	1.שחיה מתחילים - מיועדת לסטודנטים חסרי ידע לחלוטין בשחיה!			
26 חדר כושר-מעורב הי' 10.30-12.00 חדר כושר	17	17	0	2.שחיה שלב בי'-שליטה בשני סגנונות ויכולת שחיה רצופה של מרחק 200 מ' לפחות באחד הסגנונות.			
27 קיקבוקסינג בי' 19.30-21.00 אולם בי'	25	25	0	3.שחיה לבינוניים-שליטה בשני סגנונות ושחיה רצופה למרחק מעל 200 מטר.			
28 אירובי+עיצוב די' 9.30-11.00 אולם בי'	25	25	0	4.שחיה מתקדמים - מיועדת לסטודנטים השוחים טוב מאד בשלושה סגנונות.			
				5.על בעלי שיער ארוך לשחות עם כובע ים. נוכחות חובה בכל השיעורים.			
המשך המקצוע בעמודה 4 <--				המשך המקצוע בעמודה 5 <--			

עמ': (5)				מקצועות ספורט (המשך)				עמ': (6)				מקצועות ספורט (המשך)			
394802 חינוך גופני - שחיה				(המשך)				394802 חינוך גופני - שחיה				(המשך)			
קב' 18+19- אקוה פורסה-אימון על מזרנים צפים.								37 סאפ אי' 9.30- 8.00 מרכז ימי				0 10 10			
8. קבוצות 35-40 מתקיימות במרכז ימי בת גלים.								38 סאפ אי' 11.00-9.30 מרכז ימי				0 15 15			
10 שחיה - מתחילים די' 21.30-20.00 בריכה				0 16 16				40 גלישת רוח אי' 9.30- 8.00 מרכז ימי				-1 11 10			
11 שחיה-מתחילים הי' 10.30-9.00 בריכה				0 12 12				394803 חינוך גופני - משחקי כדור				מקום נרש. פנוי			
12 שחיה-מתקדמים בי' 15.00-13.30 בריכה				0 16 16				שעות הוראה בשבוע: ת-2 נק: 1.0				8 487 495			
13 קיאקים רפואה וי' 12.30-11.00 מרכז ימי				6 4 10				מורה אחראי : גב ח.מרגלית							
14 שחיה - מתחילים בי' 21.30-20.00 בריכה				0 16 16				1. השעורים כוללים לימוד יסודות המשחק, שיפור המיומנות ושיטות משחק.							
15 שחיה-מתחילים אי' 12.00-10.30 בריכה				0 12 12				יש להגיע לשיעורים בבגדי ונעלי ספורט.							
16 שחיה בינוני אי' 10.30-9.00 בריכה				0 16 16				2. הרישום לקבוצות מתקדמים - יתבצע ידנית אחרי בחינה אצל מורה המקצוע, בשבועיים הראשונים של הסמסטר.							
17 שחיה- שלב ב אי' 13.30-12.00 בריכה				0 16 16				קבוצה 34 - לרפואנים בלבד.							
18 אקוה פורסה אי' 15.00-13.30 בריכה				0 12 12				קבוצות 13, 25, 35 הנן מעורבות ומתקיימות במועדון כדור דשא, רח' צביה וליצחק 8, חיפה.							
19 אקוה פורסה די' 10.00-8.30 בריכה				0 12 12				קב' 52 -הסטודנטים יתבקשו לעבור בדיקה קבוצה 34 - לרפואנים בלבד.							
20 שחיה-שלב בי' די' 13.30-12.00 בריכה				0 16 16				3. קבוצה 34 - לרפואנים בלבד.							
21 אקוהפורסה הי' 12.00-10.30 בריכה				0 12 12				לספורטאים שתוסדר ע"י מועדון כ. הדשא. בניין חורב הוא בניין הספורט החדש.							
22 שחיה-שלב בי' הי' 13.30-12.00 בריכה				0 16 16				קבוצה 34 - לרפואנים בלבד.							
23 שחיה-בינוני גי' 10.30-9.00 בריכה				0 18 18				הכוונה למגרש הדשא הסינתטי המקורה. נוכחות חובה בכל השיעורים.							
24 שחיה - מתקדמים בי' 21.30-20.00 בריכה				0 0 0				4. קבוצות 13, 25, 35 הנן מעורבות ומתקיימות במועדון כדור דשא, רח' צביה וליצחק 8, חיפה.							
25 שחיה-בינוני גי' 13.30-12.00 בריכה				0 18 18				5. קבוצה 52-סטודנטים יתבקשו לעבור בדיקה לספורטאים, שתסדר ע"י מועדון כ. דשא.							
26 שחיה-בינוני די' 12.00-10.30 בריכה				0 16 16				6. בניין חורב הוא בניין הספורט החדש.							
30 שחיה-מתקדמים הי' 15.00-13.30 בריכה				0 18 18				7. הקורסים המתקיימים במתקן "דשא סינתטי" - הכוונה למגרש הדשא הסינתטי המקורה. נוכחות חובה בכל השיעורים.							
31 שחיה מתחיל בנות גי' 21.30-20.00 בריכה				1 15 16				11 קט-רגל - בנים די' 13.30-12.00 דשא סינת				0 20 20			
32 שחיה מתחיל בנים גי' 23.00-21.30 בריכה				0 16 16				12 קט-רגל - בנות גי' 19.00-17.30 דשא סינת				0 16 16			
34 שחיה-בינוני בי' 13.30-12.00 בריכה				0 16 16				13 כדורת דשא בנות הי' 18.00-16.30				0 10 10			
35 שייט - מעורב וי' 9.30- 8.00 מרכז ימי				0 16 16				14 כדור עף - בנים בי' 13.30-12.00 ב.חורב				0 24 24			
36 קייקים-מעורב אי' 11.00-9.30 מרכז ימי				0 16 16				15 פוצ'יבוולי מעורב גי' 20.30-19.00 מג.כ.חופ				0 12 12			
				0 16 16				16 כדור עף-בנות אי' 13.30-12.00 ב.חורב				0 24 24			

המשך המקצוע בעמודה 7 <--

המשך המקצוע בעמודה 6 <--

מקצועות ספורט (המשך)				מקצועות ספורט (המשך)			
עמ': (8)				עמ': (7)			
394803 חינוך גופני - משחקי כדור				394803 חינוך גופני - משחקי כדור			
(המשך)				(המשך)			
0	22	22	41 כ.סל-בנות-מתחיל' ה'17.00-18.30	0	22	22	18 כדור סל
0	0	0	42 כ.סל-מתקדמים ב'10.30-12.00	0	0	0	19 קט-רגל-מתקדמים א'17.30-19.00
0	20	20	43 כדור עף - בנים ג'13.30-15.00	0	22	22	20 קט-רגל - בנים ג'19.00-20.30
0	20	20	44 רוגבי - בנים ד'19.00-20.30	0	16	16	21 קט-רגל-בנות ד'10.30-12.00
0	12	12	45 כ.עף-חופים-בנים ג'15.00-16.30	0	0	0	22 קט-רגל-מתקדם ג'10.30-12.00
0	12	12	46 כ.עף-חופים-בנים ה'15.00-16.30	0	0	0	23 קטרגל-בנים-מתקדם ד'9.00-10.30
מקום 260	נרש. 262	פנוי 2	394804 חינוך גופני - משחקי מחבט	0	0	0	24 כ.עף-בנים מתקדמי ג'7.30-9.00
			שעות הוראה בשבוע: ת-2				מדריך: גב ח.מרגלית
			נק: 1.0				
			מורה אחראי : גב ח.מרגלית				
			1.סטודנטים הנרשמים לקורסי טניס וסקווש				
			חייבים להביא מחבט ושלושה כדורים.				
			יש להגיע לשיעורים בבגדי ונעלי ספורט.				
			2.הרישום לקבוצות המתקדמים -				
			לאחר בחינה אצל המאמן בשבועיים				
			הראשונים של הסמסטר.				
			נוכחות חובה בכל השיעורים.				
			3.נוכחות חובה בכל השיעורים.				
0	16	16	11 טניס-מתחילים א'9.00-10.30	0	0	0	25 כדור דשא-מתקדמי ה'16.30-18.00
0	16	16	12 טניס-מתחילים ה'10.30-12.00	0	0	0	26 קט-רגל-בנים ג'9.00-10.30
0	16	16	13 טניס-מתחילים ה'12.00-13.30	0	30	30	27 כדור-עף-בנים ו'7.30-9.00
-1	15	14	14 טניס-מתחילים א'13.30-15.00				מדריך: גב ח.מרגלית
0	16	16	17 טניס-מתחילים א'12.00-13.30	0	20	20	28 כדור יד - בנים ד'12.00-13.30
0	16	16	18 טניס-מתחילים א'17.00-18.30	0	24	24	29 כדור יד - בנות ד'13.30-15.00
0	16	16	19 טניס-מתחילים ג'9.00-10.30	0	22	22	30 כ.סל-בנות-מתחיל' א'17.00-18.30
0	16	16	28 טניס-מתחילים ד'10.00-11.30	0	20	20	31 כדור יד - בנים א'17.30-19.00
0	16	16	29 טניס - מתחילים ד'8.30-10.00	0	16	16	32 כדור-סל-בנות ב'9.00-10.30
0	0	0	30 טניס-מתקדמים א'10.30-12.00	0	0	0	33 כדור סל-מתק-בנים ב'19.30-21.00
0	18	18	31 ט.שולחן-מתחילים א'10.30-12.00	8	14	22	34 כ.סל-בנים-רפואה ד'19.00-20.30
0	18	18	32 ט.שולחן-מתחילים א'12.00-13.30	0	15	15	35 כדור דשא-בנים ה'16.30-18.00
				0	12	12	36 כדורעף-חופי בנים א'15.00-16.30
				0	18	18	37 כדור עף - בנות ב'16.00-17.30
				0	0	0	38 כ.עף-חופים-מתקדם ד'16.00-17.30
				0	22	22	39 כדור סל - בנים ג'17.00-18.30
				0	22	22	40 כדור סל - בנים ה'12.00-13.30

מקצועות ספורט (המשך)				עמ': (10)	מקצועות ספורט (המשך)				עמ': (9)
394805 חינוך גופני - אתלטיקה קלה					394804 חינוך גופני - משחקי מחבט				
(המשך)					(המשך)				
0	16	16	בי 17.00-18.30	17 שחמט	-1	1	0	אי 21.00-22.30	33 ט.שולחן-מתקדמים
0	12	12	די 7.00- 8.30	18 אופני הרים	0	0	0	גי 17.30-19.00	34 ט.שולחן-מתקדמים
0	20	20	די 19.00-20.30	19 ריצות ארוכות	0	12	12	מר.סקווש	35 סקווש - בנים
0	25	25	אי 10.30-12.00	20 פלדנקרייז	0	12	12	מר.סקווש	36 סקווש-מעורב
0	25	25	אי 12.00-13.30	21 פלדנקרייז	0	0	0	מר.סקווש	37 סקווש - מתקדמים
0	20	20	אי 17.30-19.00	22 ריצת לילה	0	12	12	מר.סקווש	38 סקווש - בנות
0	20	20	די 17.30-19.00	23 ריצת לילה	0	8	8	מר.סקווש	39 סקווש-מעורב
0	20	20	הי 7.30- 9.00	24 יוגה - מעורב	0	8	8	מר.סקווש	40 סקווש-בנות
0	16	16	בי 18.30-20.00	25 שחמט	0	16	16	גי 10.30-12.00	41 טניס-מתחילים
0	20	20	אי 9.00-10.30	26 יוגה	0	14	14	הי 18.30-20.00	42 בדמינגטון-מתחילי
0	25	25	גי 14.00-15.30	28 פלדנקרייז	394805 חינוך גופני - אתלטיקה קלה				
0	25	25	גי 15.30-17.00	29 פלדנקרייז	שעות הוראה בשבוע: ת-2 נק: 1.0				
1	19	20	אי 19.00-20.30	30 ריצת לילה-רפואה	מקום נרש. פנוי				
0	20	20	גי 19.00-20.30	31 ריצת לילה-רפואה	405 404 1				
0	0	0	וי 11.00-12.30	32 ניווט - מתקדמים	מורה אחראי : גב ח.מרגלית				
0	20	20	הי 10.30-12.00	33 טיפוס ספורטיבי	1.הרישום לקבוצה 32 - אצל המאמן לאחר בחינה שתקיים בשבועיים הראשונים של הסמסטר.				
0	16	16	בי 20.00-21.30	34 שחמט	2.קב' 16-לוח מפגשים וסילבוס ימסרו במפגש הפתיחה.כל שבועיים יתקיים מפגש כפול.				
0	20	20	הי 10.30-12.00	35 טיפוס ספורטיבי	3.הנרשמים לקבוצה 18 חייבים להביא אופני הרים. המפגש- בכניסה ליחידה לספורט. נדרשת יכולת רכיבה בטיסית. אין אפשרות לחזור על הקורס.				
0	20	20	הי 8.00- 9.30	36 טיפוס ספורט רפוא	4.קבוצות 29,28,26,24,21,20,15 יש להצטייד בבגדי ספורט ומגבת. קבוצה 34-שחמט-מתקיימת בכיתה לימוד שבמתחם הספורט נוכחות חובה בכל השיעורים. אתלטיקה קלה שבמתחם הספורט				
					5.שבמתחם הספורט נוכחות חובה בכל השיעורים				
					6.נוכחות חובה בכל מפגש בכניסה למתחם הספורט				
					7.קבוצות 22,23 מפגש בכניסה למתחם הספורט				
					0	10	10	אי 19.00-20.30	15 יוגה רפואה
					0	35	35	וי 8.00- 9.30	16 ניווט ספורטיבי
					המשך המקצוע בעמודה 10 <-				

מקצועות ספורט (המשך)				מקצועות ספורט (המשך)			
עמ' (12)				עמ' (11)			
394808	חניוך גופני-מיועד לסטודנטים חדשים	שעות הוראה בשבוע: ת-2	נק: 1.0	394806	חניוך גופני - הגנה עצמית	שעות הוראה בשבוע: ת-2	נק: 1.0
מקום 190	נרש. 6	פנוי 184		מקום 309	נרש. 310	פנוי -1	
מורה אחראי : גב ח.מרגלית				מורה אחראי : גב ח.מרגלית			
1. הקורסים מיועדים לסטודנטים חדשים בשני הסמסטרים הראשונים ללימודיהם. 2. יש להגיע בבגדי ונעלי ספורט ומגבת. 3. קבוצה 17 - בשיעור הראשון של הסמסטר יש למלא הצהרת בריאות כתנאי השתתפות בקורס חדר כושר. 5. קבוצה 15-בשני השיעורים יתקיימו מבחני התאמה לקורס. 6. בניין חורב הוא בניין הספורט החדש. 7. נוכחות חובה בכל השיעורים.				1. פיתוח מיומנויות הגנה עצמית. אולם ב' - אולם הספורט הקטן בבניין הספורט. 2. קב' 11-השרדות והגנה עצמית-בנות בלבד. יש להגיע לשיעורים בבגדי ונעלי ספורט. 3. הרישום לקבוצות 15, 25, 37 - אצל המאמן לאחר בחינה בשבועיים הראשונים של הסמסטר. 4. קבוצה 29 - ג'ין ג'יטסו ברזילאי. 5. נוכחות חובה בכל השיעורים.			
18	0	18	11 שחיה-בינוניים ג'13.30-15.00 בריכה	0	26	26	11 הישרדות - בנות ד'15.00-16.30 אולם ב'
16	0	16	12 טיארקס-מעורב ב'9.00- 7.30 בנ.ספורט	0	26	26	12 הישרדות-מעורב ה'14.00-15.30 אולם ב'
11	1	12	13 אקוהפורסה ג'10.30-12.00 בריכה	0	0	0	15 קרב מגע-מתקדמים א'15.00-16.30 אולם ב'
21	1	22	14 זומבה - מעורב ה'15.30-17.00 אולם ב'	-1	27	26	16 קרב מגע ב'16.30-18.00 אולם ב'
0	0	0	15 יוגה - מתקדמים א'10.30-12.00 כ.לימוד	0	26	26	17 ג'ודו - מעורב א'16.30-18.00 אולם ב'
23	2	25	16 פילאטיס-מעורב ו'9.00-10.30 אולם ב'	0	26	26	18 ג'ודו - מעורב ד'16.30-18.00 אולם ב'
36	1	37	17 חדר כושר-מעורב א'10.30-12.00 חדר כושר	0	26	26	20 קרטה שוטוקאן מעו ד'18.00-19.30 אולם ב'
17	1	18	18 כ.ג קצב אישי בני ד'9.00- 7.30 בנ.ספורט	0	20	20	21 סיוף - מעורב ה'18.30-20.00 אולם ב'
16	0	16	19 שחיה-שלב ב'-מעורב ב'10.30-12.00 בריכה	0	20	20	22 סיוף - מעורב ב'18.00-19.30 אולם ב'
26	0	26	20 כדור-עף-בנות א'9.00- 7.30 ב.חורב	0	26	26	23 טייקונדו-מעורב א'13.30-15.00 אולם ב'
מקום 265	נרש. 214	פנוי 51	394820 חניוך גופני - תנועה ומחול	0	26	26	24 טייקונדו-מעורב ד'14.30-16.00 בנ.ספורט
שעות הוראה בשבוע: ת-2				שעות הוראה בשבוע: ת-2			
נק: 1.0				נק: 1.0			
מורה אחראי : גב ח.מרגלית				מורה אחראי : גב ח.מרגלית			
1. נוכחות חובה בכל השיעורים 2. יש להגיע לשיעורים בבגדי ונעלי ספורט 3. קבוצות 14-20, 22 מתקיימות באולם השקוף בבית הסטודנט 4. הרישום לסלסה מתקדמים - קב' 20-ידנית אצל המאמן לאחר בחינה 5. קבוצה 21 ריקודים ספורטיביים- מתקדמים - רישום לאחר בחינה				28 הישרדות - מעורב ג'12.30-14.00 אולם ב' 29 ג'יו ג'יטסו ה'20.00-21.30 אולם ב' 37 קרטה - מתקדמים א'18.00-19.30 אולם ב' 39			
0	25	25	11 בלט-מעורב ה'17.00-18.30 אולם ב'	0	26	26	28 הישרדות - מעורב ג'12.30-14.00 אולם ב'
13	12	25	12 מחול אירובי ב'13.00-14.30 אולם ב'	0	35	35	29 ג'יו ג'יטסו ה'20.00-21.30 אולם ב'
				0	0	0	37 קרטה - מתקדמים א'18.00-19.30 אולם ב'
				0	0	0	39

מקצועות ספורט (המשך)				עמ': (14)	מקצועות ספורט (המשך)				עמ': (13)
394902 נבחרות ספורט (המשך)					394820 חינוך גופני - תנועה ומחול (המשך)				
0	0	0	14 כדורעף - בנים ב' 17.30-19.00 מג.כ.חופ ד' 17.30-19.00 מג.כ.חופ		24	17	41	13 ריקודי עם-מעורב ד' 17.30-19.00 ב.נ.ספורט	
0	0	0	15 קט-רגל-בנים א' 19.00-20.30 ב.חורב ג' 19.30-21.00 ב.חורב		0	10	10	14 סלסה מתחיל בנות ב' 15.00-16.30 ב.הסטדנט	
0	0	0	16 כדור-יד-בנים א' 21.00-22.30 ב.חורב ג' 21.00-22.30 ב.חורב		0	10	10	15 סלסה מתחיל בנים ב' 15.00-16.30 ב.הסטדנט	
0	0	0	17 טניס - בנים א' 18.30-20.00 מג.טניס ג' 7.30-9.00 מג.טניס		0	22	22	16 סלסה - מתחיל-בנות ב' 10.30-12.00 ב.הסטדנט	
0	0	0	18 טניס-שולחן-מעורב א' 19.30-21.00 אולם ב' ג' 19.00-20.30 אולם ב'		0	20	20	17 סלסה-מתחיל-בנים ב' 10.30-12.00 ב.הסטדנט	
0	0	0	19 ריצות ארוכות ב' 19.00-20.30 אצ.אתלטי ד' 19.30-21.00 אצ.אתלטי		3	19	22	18 סלסה-מתחיל-בנות ב' 12.00-13.30 ב.הסטדנט	
0	0	0	21 ג'ודו א' 16.30-18.00 אולם ב' ד' 16.30-18.00 אולם ב'		9	11	20	19 סלסה-מתחיל-בנים ב' 12.00-13.30 ב.הסטדנט	
0	0	0	23 שיט ו' 10.00-13.00 מרכז ימי		0	0	0	20 סלסה-מתקדמים-מעו ב' 13.30-15.00 ב.הסטדנט	
0	0	0	25 קרטה שוטוקאן-מעו א' 18.00-19.30 אולם ב' ד' 18.00-19.30 אולם ב'		0	0	0	21 ריקוד ספורט-מתקד ד' 19.30-21.00 אולם ב'	
0	0	0	28 שחיה ב' 20.00-21.30 בריכה ד' 20.00-21.30 בריכה		0	20	20	22 בצי'אטה(סלסה)מתחיל ב' 15.00-16.00 ב.הסטדנט	
0	0	0	29 להקת מעודדות ב' 19.30-21.00 אולם ב' ד' 21.00-22.30 אולם ב'		0	25	25	23 מחול אירובי ד' 12.30-14.00 אולם ב'	
0	0	0	30 קיאקים ו' 8.00-11.00 מרכז ימי		2	23	25	26 מחול אירובי ד' 11.00-12.30 אולם ב'	
0	0	0	31 חתירה-סנונית ו' 8.00-11.00 מרכז ימי		מקום נרש. פנוי 0 1 -1				
0	0	0	32 להקת - מחול ב' 21.00-24.00 אולם ב'		נק: 1.5 ת-4				
0	0	0	33 סקווש - בנים א' 20.00-21.30 מר.סקווש ד' 20.00-21.30 מר.סקווש		מורה אחראי : גב ח.מרגלית				
0	0	0	34 דיבייט - מעורב ד' 18.30-21.30 כ.לימוד		1.ההרשמה לנבחרת אך ורק אחרי בחינה בשבועיים הראשונים של הסמסטר אצל המאמן. חובה לבטל כל קורס ספורט אחר.				
0	0	0	35 ריצת ניווט ספורט ו' 8.00-11.00		2.אולם ב' - אולם הספורט הקטן בבניין 3.הנרשמים לקבוצה 46,45,33,17-חייבים להביא מחבת ושלושה כדורים.				
0	0	0	36 רכיבה-אופני הרים ו' 7.30-10.30		6.מיקום קבוצות 19 איצטדיון אתלטיקה נווה שאנן				
0	0	0	38 גלישת רוח ו' 8.30-11.30 מרכז ימי		7.קבוצה 34 דיבייט תתקיים בכיתת הלימוד נוכחות חובה בכל השיעורים.				
					8.קבוצה 36 אופני הרים. מפגש תחנת המידע בכרמל				
					9.קבוצות 23,30,31,38 מתקיימות במרכז לחינוך ימי בת גלים.				
					קבוצה 35-ריצת ניווט-מפגש:מדרחוב ליד האמפיתיאטרון.				
0	0	0			0	1	-1	13 כדורסל-אסא-בנים א' 19.00-20.30 ב.נ.ספורט ג' 20.00-21.30 ב.נ.ספורט	

מקצועות ספורט (המשך)			עמ' (15)	
(המשך)			נבחרות ספורט 394902	
0	0	0	אי 18.30-20.00 בנ.ספורט גי 18.30-20.00 בנ.ספורט	40 כדורסל - בנות
0	0	0	בי 19.00-20.30 מג.כ.חופ די 19.00-20.30 מג.כ.חופ	41 כדורעף - בנות
0	0	0	בי 19.30-21.00 ב.חורב די 19.30-21.00 ב.חורב	42 קט-רגל-בנות
0	0	0	אי 18.30-20.00 מר.סקווש די 18.30-20.00 מר.סקווש	45 סקווש - בנות
0	0	0	אי 18.30-20.00 מג.טניס גי 7.30-9.00 מג.טניס	46 טניס - בנות
0	0	0	בי 18.30-20.00 מ.בולדר די 20.00-21.30 מ.בולדר	47 טיפוס ספורטיבי