

יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	יום ו'
16:30-17:30 תיאטרון א'-ג' בית נדיה	14:30-15:30 בנות כדורסל ב'-ג'	נוער ומשחקה	15:30-16:30 התעמלות קרקע כיתות ד' ומעלה	אומנות נעה לוין חריף ב' ומעלה	14:15-15:00 ג'ודו גן חובה+ א מחלבה
17:30-18:30 תיאטרון ד'-ו' בית נדיה	17:00-17:45 - טרום מחול 4-6 בבית נדיה		16:30-17:30 התעמלות קרקע 4-6	15:00-16:30 ב'+ מבוכים ודרכונים מחלבה	15:00-15:45 ג'ודו ב ומעלה מחלבה
18:30-19:30 תיאטרון ז'-ט' בית נדיה			17:15-18:15 התעמלות קרקע כיתות א'-ג'	16:30-18:00 בוגרים מבוכים ודרכונים מחלבה	
14:30-15:30 בנים כדורסל ב'-ג'			18:15-19:15 התעמלות קרקע נבחרת		
15:30-16:30 התעמלות קרקע נבחרת					
16:30-17:15 התעמלות קרקע 4-6		14:30-15:30 בנות כדורסל ד'-ו			
17:15-18:15 התעמלות קרקע כיתות א'-ג'		15:45-16:45 כדורסל בנים ב-ג			
18:15-19:15 התעמלות קרקע כיתות ד' ומעלה		16:45-17:30 כדורסל גן תמר			
		17:30-18:15 בנים כדורסל א'			

טבלת חוגים נהלל 2019-2020

חוג משחקי מחול+הכנה לבלט בנהלל לגיל 4-6



המורה-לנג-בנוליאל ירדנה.
מורה בכירה, אקדמאית
ומוסמכת ללימודי
מחול, בעלת שנים רבות של
נסיון. הלימוד בחוג, מחזק
ומשפר את היכולת הגופנית
של הילדה, עובד על חיזוק
וכוח, גמישות, התמצאות
במרחב, כיוונים, בסיס
וראשית לימודי יסודות
הבלט ופיתוח היצירתיות
ויכולת ההבעה
העצמית, במטרה להקנות
אהבה לעולם המחול ולפתח
יכולת ריקוד לכל ילדה.

שיעור חד שבועי של 45 דקות
לפרטים והרשמה 0507929669

משחקי מחול 4-6
יום שני בשעה 17:00 בבית נדיה
שיעור ראשון 2.9
לפרטים והרשמה
ירדנה 0507929669

התעמלות קרקע
ואקרובטיקה

אביב- 0524349387

ACROVALLEY
אביב התעמלות ואקרובטיקה

קבוצות התעמלות הקרקע והאקרובטיקה בניהולה של אביב לב
ממשיכות לגדול ומזמינות אותך להצטרף למשפחה

אז מה נלמד בחוג?
גלגול, גשר, עמידת ידיים, סלטות ועוד...

איפה זה קורה בעמק?
נהלל

למה זה טוב לילדים שלכם?
פיתוח קואורדינציה ושינוי משקל
- כוח מתפרץ וגמישות
- התמודדות עם אתגרים
- פיתוח משמעת וביטחון עצמי
- עבודה בקבוצות ושיתוף פעולה

ציד חדש ואיכותי
מקצועי AIRFLOOR

ההרשמה כבר החלה
מספר הנושעים מוגבל
אימון נסיון ראשון
במתנה

#אימון נסיון
בתאריך 1/9
באולם ק(הל)

אביב מאמנת מוסמכת
בעלת ניסיון של מעל 12
שנה כמאמנת ראשית
בקבוצות שונות

לקבלת פרטים ולתיאום הגעה יש ליצור קשר:
אביב- 052-4349387 \ 053-8378137
* חפשו אותנו בפייסבוק- אביב התעמלות ואקרובטיקה-ACROVALLEY
** החוג מיועד לבנים ובנות מגיל 4 ומעלה

ACROVALLEY
אביב התעמלות ואקרובטיקה

הילדים שלכם לא מפסיקים להתגלגל? ללכת על הידיים? לקפוץ?
הגעתם למקום הנכון בשבילם

קבוצות התעמלות הקרקע והאקרובטיקה
בניהולה של אביב לב
ממשיכות לגדול ומזמינות אתכם
להצטרף למשפחה

קצת עליי
קוראים לי אביב ואני מאמנת מוסמכת מוינגיט עם ותק של
15 שנה כמתעמלת מקצועית וניסיון של מעל 12 שנה
כמאמנת ראשית בקבוצות שונות.
חיה ונושמת ספורט והתעמלות עם אהבה גדולה לעבודה
עם ילדים ונוער.

אז מה נלמד בחוג?
גלגול, גשר, עמידת ידיים, סלטות ועוד...

איפה זה קורה בעמק?
נהלל

למה זה טוב לילדים שלכם?
פיתוח קואורדינציה ושינוי משקל
- כוח מתפרץ וגמישות
- התמודדות עם אתגרים
- פיתוח משמעת וביטחון עצמי
- עבודה בקבוצות ושיתוף פעולה

ציד חדש ואיכותי
מקצועי AIRFLOOR

ההרשמה כבר החלה
מספר הנושעים מוגבל
אימון נסיון ראשון
במתנה

שיעור נסיון
בתאריך 1/9
באולם ק(הל)

לקבלת פרטים ולתיאום הגעה יש ליצור קשר:
אביב- 052-4349387 \ 053-8378137
* חפשו אותנו בפייסבוק- אביב התעמלות ואקרובטיקה-ACROVALLEY
** החוג מיועד לבנים ובנות מגיל 4 ומעלה

חוג ג'ודו במחלבה -
שיעור ניסיון ביום שישי בתאריך
6/09/19 לשעה 14:15
לפרטים - 0523315340

ג'ודו

**אתם מוזמנים לקחת חלק
בענף האולימפי מס' 1 בישראל
וליהיות חלק ממשפחת הג'ודו שלנו**



• הגנה ושליטה עצמית • ביטחון עצמי
• שיפור קואורדינציה • שיפור כושר גופני

ג'ודו טף
לבנים ובנות מגיל 4
לימוד יסודות הג'ודו ע"י משחק ופיתוח מיומנויות
ספורט והתנסות בימי כיף מרוכזים.

ג'ודו נוער ובוגרים
תוכנית מיוחדת להעלאת הכושר הגופני
לימוד טכניקות ג'ודו והגנה עצמית.

ג'ודו צ'ארא רק ספורט 15 דרך חיים
בג'ודו תרגם רבות ואומנות לאדם ובין נוצר
בהנהלת אריה ושולמי מיכאלובסקי
אלוף גביע אירופה וחבר נבחרת ישראל
מאמנים מוסמכים מטעם מכון וינגייט

 מועדון הג'ודו



לפרטים והרשמה:
שלומי: 052-4377031, אריה: 052-3315340

מועדון הג'ודו judomi 

טלפונים נוספים
תיאטרון מעין פלג - 0522619304
אומנות נעה לוין חריף - 0528221322
מבוכים ודרכונים יותם - 0525260625