

חוגים פרטיים

חוגים לילדים

סטודיו לעונגרים

מטעני וילאפא
אגבוא
חוגי גיון



אומנות



לחיצה



ספורט



מוסיקה



תנועה



מבוא חורון

העשרה



מסגרת החוגים:

שנת החוגים תשע"ו תפתח אי"ה ביום שלישי י"ז אלול תשע"ה (1.9.15). החוגים יתקיימו עד כ"ד סיון התשע"ו (30.6.16). פתיחת חוג מותנית במספר מינימאלי של נרשמים. כל הקודם זוכה! הנהלת החוגים שומרת לעצמה את הזכות לסגור חוג אם מספר המשתתפים ירד מתחת למינימום שנקבע. על ההורים לעדכן את המדריך ורכזת החוגים בדבר בעיות בריאות וקשיים אחרים העלולים להשפיע על השתתפות הילד בחוג. הנהלת החוגים שומרת לעצמה את הזכות להוציא מהחוג תלמיד אשר מפריע למהלך התקין של החוג. הנהלת החוגים שומרת לעצמה את הזכות לשנות את לוח הזמנים של החוגים, בהודעה מראש.

תנאי הרשמה ותשלום:

ההרשמה תתבצע דרך אתר היישוב בלבד -

כתובת האתר: <http://www.gkehila.co.il/mevo-horon>

יתקיים שיעור ניסיון במפגש הראשון בכל החוגים. תלמיד שיגיע באופן חד פעמי לחוגים - לא ייחשב כרשום ולא תחול לגביו גביה. תלמיד שיגיע לחוג בפעם השנייה - תחול לגביו גביה באופן מידי גם אם לא הסדיר את ההרשמה באופן רשמי. חשוב לדעת! מספר המקומות בחוג מוגבל. תינתן עדיפות לתלמידים הראשונים אשר הסדירו את הרישום בצורה רשמית. ההרשמה לחוג מחייבת ביצוע גביה. הגביה תבוצע במסגרת החיוב בדרישת תשלום ליישוב. במידה ולא יכובדו התשלומים - רשאית הנהלת החוגים לבטל השתתפות בחוג לאחר מתן התראה מראש. משתתף יחויב בתשלום חודשי מלא, גם אם נעדר מהחוג מסיבותיו שלו. חשוב לדעת! מחירי החוגים תומחרו לפי מספר המפגשים בשנה כאשר נלקחו בחשבון חופשות החגים וחופשות משרד החינוך. (לפיכך, התשלום החודשי הינו קבוע בין אם יהיו 2 מפגשים בחודש ובין אם יהיו 5 מפגשים בחודש).

הורים וילדים יקרים,

ב"ה חלפה לה שנה עמוסת חוגים ועשייה ברוכה. במשך השנה פעלו כ-12 חוגים לילדים, השנה קבלנו מהמדינה סבסוד לחוג כדורסל והודות לרישום המבורך זכינו בשתי קבוצות שנקרא "פרחי ספורט". נקווה שגם בשנה הבאה נזכה בכך.... השנה הוקם הסטודיו לנשים במבוא חורון. תודה למדריכות המוצלחות על שנת סטודיו ברוכה. נוסף גם חוג מבוגרים - יוגה לגברים, תודה ליניב המדריך וכמובן למשתתפים. ונעבור לשנה הבאה עלינו לטובה - תשע"ו. השתדלנו שמערכת החוגים תהיה מגוונת ולאפשר לכל אחד ואחת לפעול בתחום הקרוב לליבו ותואם את כישוריו ויכולתיו. אנא קראו את תנאי ההרשמה היטב, בכדי למנוע אי נעימויות ולהיות מעורים בכללים. ההרשמה השנה תהיה דרך האתר, ישנם טפסים המיועדים לכל חוג וחוג.

כתובת האתר: <http://www.gkehila.co.il/mevo-horon>

*ייתכנו שינויים בשעות החוגים ומיקומם. בע"ה יפורסמו הודעות באתר ובמבואן, אנא עיקבו אחר השינויים. לסיום, איך אפשר בלי לומר תודה לכל המסייעים בידי. תודה לבורא עולם שנתן כוחות, תודה למשפחתי על התמיכה, תודה לצוות המשרד היקר, שכמו תמיד תומך ומסייע בשמחה וברצון בכל. לצלם אמנון תם שצילם לנו בהתנדבות את ילדי חוג כדורסל לתמונת פספורט - תודה בשם ההורים וילדיהם. לרפאל אסולין על העזרה הרבה במערכת של הסטודיו, בכל שעה! ולכם ההורים ששולחים את ילדכם לחוגים. ואחרונים חביבים לכם הילדים הנפלאים שבזכותכם יש חוגים!! לנוחיותכם, בהמשך - חוברת חוגים מסודרת ומפורטת שנעשתה בטוב טעם ע"י אושרית המעצבת המדהימה, אז גם לך תודה.

שתהיה לנו שנת חוגים מוצלחת ונטראה בריד!!!

לאה כהן | רכזת חוגים



יריד החוגים יתקיים אי"ה
ביום ראשון י"ז מנחם אב (2.8) בשעות: 16:00-19:00

MMA אומנות לחימה

אסכולת לחימה משולבת ממגוון שיטות נעבוד על 3 תחומים עיקריים: חבטות, הורדות הפלות ומנפים, לחימת קרקע. בנוסף בשלב מתקדם יותר נעסוק בלחימה נגד סכין או מקל. הייחודי בשיטה זו הוא השילוב בין שיטה רכה ומורכבת לשיטה קשה ובטוחה.

20:00 יום חמישי

130 ₪

יובל מלמד 058-6003020
מדריך מוסמך (מלמד אצלנו נינג'יצו)

סטודיו לגנרים

יוגה לגנרים

21:30 יום רביעי

160-180 ₪ - תלוי במס' הנרשמים.

יניב סגל 052-6510063

במידה ויש מחיר הנחה בחוג הרצוי, תנתן הנחת אחים מהילד השני במשפחה או לנרשם ליותר מחוג אחד, בהתאם לרשום בחוברת. חשוב לדעת! באחריות ההורים ליידע את לאה כהן - רכזת החוגים, על הזכאות לקבלת הנחה. ההודעה תהיה באמצעות מייל החוגים או בטלפון.

ביטול הרשמה:

הודעת ביטול השתתפות בחוג תתקבל רק באתר היישובי. הביטול יהיה תקף ממועד קבלת ההודעה בלבד (ולא מהמועד בו תלמיד הפסיק להגיע לשיעורים). אין ביטול רטרואקטיבי! בחודש הראשון ניתן לבטל השתתפות ללא עלות נוספת. מהחודש השני להשתתפות בחוג ועד סוף דצמבר 2015 - יש להודיע על ביטול שבועיים מראש. מחודש ינואר 2016 אין אפשרות לבטל השתתפות ויגבה תשלום עד סוף השנה. בקשות לביטול הרשמה עקב סיבה רפואית יש להגיש בכתב בצירוף מסמכים רפואיים מתאימים.

לוח חופשות - סטודיו לנשים: הסטודיו פועל כל השנה למעט החופשות:

ראש השנה וצום גדליה:
כ"ט אלול תשע"ה - ג' תשרי תשע"ו
יום כיפור: ט' - י' תשרי
סוכות: י"ד - כ"ב תשרי
חנוכה: כ"ד כסלו - א' טבת
צום עשרה בטבת: י' טבת
פורים: י"ג - י"ד אדר ב'
פסח: ט"ז - כ' ניסן
יום הזכרון ויום העצמאות: ב' - ד' אייר
שבועות: ו' סיון
צום: י"ז בתמוז
צום: י' באב (נדחה)

לוח חופשות - חוגי ילדים:

ראש השנה וצום גדליה:
כ"ט אלול תשע"ה - ג' תשרי תשע"ו
יום כיפור: ט' - י' תשרי
סוכות: י"ד - כ"ב תשרי
חנוכה: כ"ד כסלו - א' טבת
צום עשרה בטבת: י' טבת
פורים: י"ג - י"ד אדר ב'
פסח: ט"ז - כ' ניסן
יום הזכרון ויום העצמאות: ג' - ד' אייר
ל"ג בעומר: י"ז באייר
שבועות: ו' סיון
סיום שנת החוגים: כ"ד סיון תשע"ו

סטודיו



יום ראשון	יום שני	יום שלישי	יום רביעי	יום חמישי
			עיצוב וחיטוב מדריכה דינה 8:25-9:25	
פילאטיס נשים מדריכה מיכל 20:00-21:00		זמבה נשים 20:00-21:00		MMA גברים מדריך יובל 20:00-21:00
אירובי נשים מדריכה שירה 21:00-22:00	יוגה נשים* מדריכה דבורה 21:00-22:00	פילאטיס נשים 21:00-22:00	יוגה גברים מדריך יניב 21:30-22:30	מחול מודרני* מדריכה אלישבע 21:00-22:00

סטודיו לנשים (pink square) חוגים פרטיים (orange square) סטודיו לגברים (blue square)
 * לא כלול במנוי חופשי חודשי של הסטודיו



→ מחירון סטודיו נשים:

200 ₪ לכל השיעורים בחודש
 130 ₪ לחודש עבור שיעור בודד בשבוע
 40 ₪ כניסה חד פעמית
 פעם ראשונה כל שיעור ניסיון 20 ₪
*** התחייבות לשלושה חודשים מראש.**

תודות לאנה ולחגית שלימדו בסטודיו בשנה החולפת וכולן נהנו מהדרכתן. תודה ובהצלחה בהמשך.
 המדריכות ניתנות לשינוי בהתאם לצרכי המערכת.
איך נרשמים לסטודיו?
 נרשמים דרך האתר בלבד וגם מבטלים דרכו. באתר יש פירוט לגבי ביטול המנוי בסטודיו והצטרפות לסטודיו.

יוגה נשים | דבורה כץ

היוגה הינה תרגול פיזי מדויק ועדין שמחזק את השרירים, מגמיש ומאריך אותם, מחזק את העצמות ואת המפרקים. תרגול יוגה מביא לידי מודעות וערנות לגוף. היוגה מסייעת בבעיות עיכול, עייפות, כאבי גב, כאב ראש ועוד. התרגול מאפשר חיבור ממקום פנימי יותר לעצמנו, לסביבתנו, וכן מאזן מתחים ומשחרר אותם.
לפרטים לגבי תשלום דבורה 052-5802588
חוג ריקודי עם לנשים | אביטל חוברה.
 בתאריך 2/8/15 ניסיון אחרון לבדיקה לשנה הבאה. תבואו בכדי שיהיה חוג ריקודי עם.

מחול מודרני לנשים ונערות | אלישבע היאט
 המחול המודרני הינו סגנון מחול המשלב עבודת רצפה, תנועה בחלל, התקדמויות שונות וקומביניציה.
 השיעור מתבסס על טכניקות מחול ידועות, ומשלב פיתוח הבעה אישית ושכלול היכולת הגופנית. בשיעורים עבודה על גמישות וחיזוק, תנועה זורמת, שיווי משקל ויציבה נכונה תוך למידת עקרונות מעולם המחול המודרני.
מחיר לחודש: 130 ₪.





נגרות



16:30



ק - א' - ב'



יום ראשון

17:30

ג' - ד'

יום ראשון

18:30

ה' - ח'

יום ראשון



180 ₪ כולל חומרים
170 ₪ לאחר הנחה



רב תכליתי

חוג נגרות ממשיך זו השנה השישית בהדרכת איתן אפשטיין. פרויקטים מיוחדים למתקדמים!

בחוג אנו לומדים ויוצרים בעץ בתחילת העבודה מקבלים עץ מלמי. מקציעים, מודדים, מסמנים, מנסרים, מחברים, מלטשים וצובעים - עד לנימור.

מתנסים בכלים מקצועיים ובסוגי עץ שונים, ולומדים את טכניקת השימוש בהם. העבודה בעץ מסייעת לשיפור במוטוריקה, חיזוק שרירים ודחיית סיפוקים. הסיפוק וההנאה במהלך העבודה, ולמראה מוצר נאה ושימושי, מעניקים תחושת הצלחה. והכל ביחס אישי ובאווירה רגועה ושלוה.



עיצוב ואומנות



17:00-18:00



כיתות א' - ג'



יום שני

18:00-19:00

כיתות ד' - ו'

יום שני



כיתות א' - ג' 120 ₪
כיתות ד' - ו' 150 ₪



מקלט חוגים

ענת לוי - מדריכת חוגי אומנות לילדות ונערות, בעלת "הסדנא של ענת".

שמחה להציע חוג בו המוקד הוא הנאה, רכישת מיומנויות בתחומי אומנות שונים תוך חויית הצלחה.

ילדה הלוקחת הביתה משהו אותו היא עיצבה ויצרה מביאה אותה למקום בו היא מרגישה הצלחה והעצמה.

בחוג נעסוק במגוון רחב של חומרים ויצירות: תפירת כריות למיטה, עיטור מגבות, ציפוי כלים בפימו, תפירת תמונה לחדר, בניית מובייל מחומרים שונים ועוד.



כלי נגינה

כשרות רגילה *

בישול

מחיר	שעות	יום	מקום	מורה	כלי נגינה
₪ 230	16:30	יום חמישי	מקלט חוגים	דניאל קורן	גיטרה - בניס
₪ 135		יום חמישי	מקלט חוגים	דניאל קורן	חלילית - בניס
₪ 200		יום חמישי	מקלט חוגים	דניאל קורן	אורגנית - בניס
₪ 230	17:00	יום שלישי	רב תכליתי	הודיה אוזן	גיטרה - בנות
₪ 135	16:00	יום שני	רב תכליתי	חפציה	חלילית - בנות
₪ 200	17:00	יום שני	רב תכליתי	חפציה	אורגנית - בנות

17:00-18:00	גילאי 5-8	יום שני
18:00-19:00	גילאי 8-11	יום שני

₪ 170 כולל חומרים

מקלט חוגים

חוג הבישול של עמית לומדים הילדים לבשל מגוון רחב של תבשילים ומאפים מגוונים, הקשורים לעולם הילדים: מחגי ישראל, ועונות השנה ועד בישולים שונים מתרבויות וארצות שונות.

בכל שבוע לומדים להכין סוגים שונים של מאכלים, ודרכם מתנסים בחומרים, ריחות, צבעים וטעמים שונים המחדדים את החושים. במהלך החוג נחשפים הילדים לחומרי גלם שונים ומתנסים בתהליכי בישול כגון המסה, רתיחה, תסיסה תפיחה ועוד... ההתנסות בבישול מפתחת קואורדינציה, מקנה דפוסי עבודה, עצמאות ובגרות ומאתגרת את הילדים לפתח את חוש הדמיון והיצירתיות.

דרך חישובי מידות וכמויות מתנסים הילדים בתרגילי החשבון הלכה למעשה. בתום השיעור השפים הקטנים עורכים שולחן וטועמים מעמל כפיהם.

עמית יחיאלי | 052-8693147





אלקטרוניקה

מטרות החוג:

הקניית ידע ומושגי יסוד באלקטרוניקה, פיתוח יכולות מוטוריות עדינות, סדר ודיוק, הבנת פעולות המכשירים החשמליים שבשימושנו. בניית פרויקטים כגון: מערכת איתות, תיבת נגינה, פעמון לדלת, אזעקה, אורגן, גלגל המזל, מד טמפרטורה ועוד. פרויקטים מיוחדים וייחודיים למתקדמים: מערכת הגברה ל-MP4 ו-MP3, בניית טלפון אמיתי.

אלי חפץ | 052-2640889



16:30-17:30 כיתות א' - ב'
17:30-18:30 כיתות ג' - ו'



יום שלישי
יום שלישי



130 ₪



מקלט חוגים



ישיבת ערב

בהנהלת הרב גלעד בן ימיני | צוות המלמדים: גלעד בן ימיני, רונן האוזנר, אריאל שוסטה, אסף אהרוני וירון ברוכים. המלמדים בעלי נסיון ואנשי חינוך.

לימוד תורה באווירה שמחה ונעימה, קריאת פרקי תהילים, פעילויות והפתעות לילדי היישוב. מוזמנים להצטרף וללמוד תורה עם המון אהבה.

ביום שלישי פעילות חוויתית בשעות הקבועות.

הרב גלעד 052-5694239



16:30-17:00
17:00-17:30
17:30-18:00
18:00-18:30
18:30-19:00
19:00-19:30



בן חובה
כיתה א'
כיתה ב'
כיתה ג'
כיתה ד'
כיתות ה' - ו'



60 ₪
55 ₪ לאחר הנחה



ביכנ"ס נתיבות שבים



בלט

בהדרכת מירב ביבס | רקדנית מקצועית ומורה למחול

באנה לרחף בקלילות, בעולם של דימויים לדבר עם הגוף ללא מילים, עם מגוון של צלילים נפתח כוח, קואורדינציה וגמישות יציבה נכונה ומודעות לאיברי הגוף יצירתיות חוש קצב ומוסיקליות הבעה בתנועה והתמצאות בחלל והכל בחוויה מענגת של ריקוד.

המחול מפתח אצל נערות: יכולת ריכוז, מחשבה מהירה ומאורגנת, ביטחון עצמי, שפת גוף אסטטית ומאפשר הבעה אישית ופורקן נפשי.



16:30-17:15



ק - כיתה ג'



יום חמישי

17:15-18:15

כיתות ד' ומעלה



135 ₪

125 ₪ לאחר הנחה



סטודיו למחול



תאטרון

שימו לב לשינויים השנה!

בחוג יפתחו 2 מסלולים שונים (בכל מסלול יכולות להפתח מס' קבוצות. מקסימום 14 בנות בקבוצה):

מסלול א': בנות ג-ו שזו להן השנה הראשונה בחוג, החוג יתקיים כרגיל לאורך כל השנה, ונקיים ערב אמהות באמצעו ובסופו.

מסלול ב': בנות מכל הגילאים שזו להן השנה השניה ובנות ז'-ח'. הקבוצה תורכב לאחר אודישנים, כשמטרתה היא הפקת מחזה במהלך אדר ב' בעז"ה. הקבוצה תפעל עד ר"ח ניסן. למסלול זה עלות שונה עקב הוצאות ההפקה הגבוהות.



16:00-18:00



יום רביעי



מסלול א': 125 ₪, 115 ₪ לאחר הנחה
מסלול ב': 170 ₪



סטודיו למחול

בהדרכת זמרת פוקס | בוגרת תאטרון אספקלריא. בעלת תואר M.A - טיפול באומניות בהתמחות פסיכודרמה של אונ' חיפה. בעלת נסיון של 11 שנים בהעברת חוגים וסדנאות לילדים, נוער ומבוגרים. מטפלת פרטנית ומנחת קבוצות טיפוליות.

חולמת להיות שחקנית אמיתית, להציג מול קהל ולא רק מול המראה בחדר?? אוהבת לדמיין את עצמך על במה והמון מחיאות כפיים ברקע? מארגנת הצגות מגיל צעיר לכל ילדי השכונה? או ... מתביישת ממש.. אבל מאוד רוצה לנסות??

הצטרפי אלינו לחוג תאטרון מרתק, יחד נלמד את שפת התאטרון, נחוה עולם קסום של דמיון, תנועה והבעה, ארץ האפשרויות הבלתי מוגבלות...

ההשתתפות בחוג, מעצימה ונותנת חוסן נפשי, מחזקת את הבטחון העצמי, מעודדת לריכוז והקשבה ברמה גבוהה ומדויקת, מפתחת כישורים חברתיים ועוזרת בהתמודדות עם סיטואציות היום יום, החוג מהווה מעבדה נפלאה להתנסות רגשית וחברתית בסביבה חמה ותומכת, מרחיב את היצירתיות והספונטניות ונותן הרבה שמחה וכח!!

ספורט לקטנטנים

בהדרכת ענת דינר | ההתמחות שלי היא בספורט טיפולי מגיל קטנטנים ועד נוער. כיום אני מעבירה שיעורי ספורט ותנועה בגנים, חוגים וצהרונים. ברשותי גם תואר ראשון במדעי החברה.

החוג בנוי משלושה שלבים עיקריים. החלק הראשון חימום מגוון.

החלק השני, ישנו נושא לכל שיעור עם אביזר אישי לכל ילד, עובדים על קאורדינציה, שיווי משקל, הפרדות תנועה ועוד דברים חשובים שמפתחים מיומנויות ספורטיביות. הכל נעשה בנישה המתאימה לילדים.

חלק שלישי - מסלול אני מביאה איתי ציוד ספורט וכל הילדים משתתפים בתחנות המסלול.

ענת | 052-4578442



45 דקות



גן ומעלה



יום שלישי



₪ 130



סטודיו למחול

תנועה בקצב

בהדרכת יהודית פרידמן | B.ed בחינוך נפני. מורה למחול

החוג חושף את הבנות לעולם שלם של תנועה וריקוד לצלילי מוזיקה מעניינת ומקורית.

מטרת החוג: פיתוח שפה תנועתית, יציבה נכונה, קואורדינציה, גמישות, כוח וחוש קצב, עולם עשיר של תנועה, מוזיקה, חלל וזמן.

במקביל יחס אישי מתוך ראייה של המחול ככלי להעצמה ולהתפתחות אישית.

שימו לב: קבוצת המתקדמות ממשיכה גם השנה ופתוחה לבנות מכתה ה' ומעלה לפי מבחן קבלה שיערך בתחילת השנה.



16:00-17:00 כיתות א' - ב'



17:00-18:00 כיתות ג' - ד'



יום ראשון

18:00-19:00 כיתות ה' - ו'

יום ראשון

19:00-20:00 מתקדמות

יום ראשון



₪ 135

₪ 125 לאחר הנחה



סטודיו למחול





כדורסל

בהנהלת שרוני רועי | כדורסל אליצור מטה בנימין.

בית הספר לכדורסל פועל על מנת לקדם מטרות חינוכיות, ערכיות ומקצועיות. עיסוק בפעילות גופנית מודרכת ומקצועית, ניצול שעות הפנאי של הילד למטרות ראויות, בניית אישיותו של הילד וביטחון העצמי, הקניית ערכים כגון: שיתוף פעולה, קידום יכולתו המקצועית של הילד מבחינה אישית ומבחינה קבוצתית, הקמת עתודת כדורסלנים צעירה.

מסגרת האימונים תכלול: תרגול ושיפור המיומנויות האישיות של השחקנים: כדור, קליעה ממצבים שונים, עמדות מוצא, תנועות בהגנה ובהתקפה ועוד. לימוד ותרגול אסטרטגיות קבוצתיות בהגנה ובהתקפה, שיפור הכושר הגופני של השחקנים. לימוד בסיסי של חוקה ושיפוט.



17:15



כיתות ג' - ח'



יום חמישי

יחולק לקבוצות בהתאם להרשמה.



₪ 85

* במידה ונקבל גם הפעם פרחי ספורט החוג יהיה יומיים בשבוע בימי שני וחמישי

עלות: 100 ₪



מגרש



טניס שולחן

“אופק - מרכזי טניס שולחן”

בחוגי הטניס שולחן נרכוש מיומנויות המשחק השונות: פיתוח קואורדינציה, לומדים לשלוט הן במחבת והן בכדור. הקניית שליטה בכדור ובסוגי החבטות השונות, עמידה נכונה ליד השולחן ותנועת רגליים במהלך משחק. התאמת סגנון משחק שילוב תנועות מצד כף היד וגב היד. לימוד חבטות התקפה והגנה. לימוד חבטות הגשה: סיבוב אחורי, צידי, עילי. בשלבים מתקדמים נלמד גם טקטיקת ואסטרטגיות במשחק.

טניס שולחן הוא ספורט לכל דבר, המשפר סבולת לב-ריאה, מטפח ומשפר קואורדינציה בין המוח והגוף, משפר ומתקן יציבה, מחזק את הגוף, משפר את הביטחון העצמי של הילדים, מפתח משמעת עצמית, עמידה בתנאי לחץ והעיקר, נותן להם סיפוק והנאה רבה מספורט מעניין.



כיתות ג' - ה'

כיתות ו' - ח'

שעות וימים יפורסמו במהלך ההרשמה.



₪ 130



מקלט מרכז

ב"דרך הג'ודו" חותרים למצוינות ולמיצוי היכולת האישית של כל ספורטאי. צוות המדריכים של "דרך הג'ודו" הינו צוות מקצועי, בעל ניסיון מוכח עם ילדים, נוער וספורטאים תחרותיים.

		
16:00-16:45	ק - כיתה א'	יום שני
16:45-17:30	כיתות ב' ומעלה	יום שני
		
	₪ 135	
		
	סטודיו למחול	

ג'ודו

בהדרכת עידו אלקיים | בן 26, חגורה שחורה, מדריך ג'ודו מוסמך וינגייט 2005, מדריך כושר גופני מוסמך וינגייט 2007 וחבר נבחרת ישראל בג'ודו במשך 10 שנים. עידו הוכתר כאלוף ישראל בנילאים השונים ובכלל זה, אלוף ישראל לבוגרים בשנים 2009 ו- 2011. עידו בוגר תואר ראשון בהצטיינות בחוג לכלכלה וניהול.

ג'ודו היא אומנות לחימה מודרנית בעלת אופי ספורטיבי, שנוסדה ביפן ולה חשיבות מכרעת בעיצוב וביסוס אישיותו של הילד וביטחונ העצמי.

במועדון "דרך הג'ודו" מלמדים ג'ודו עם דגש על משמעת, יציבה נכונה, חיזוק שרירים, כבוד הדדי וערכים, עידוד להצלחה ומיצוי הפוטנציאל האישי, באווירה ספורטיבית, חינוכית ומהנה.

מקיימים ערבי גיבוש לכל הקבוצות. מתחרים בטורנירים באזור מטה בנימין ויוצאים למשחקי ידידות עם קבוצות ממועדוני כדורגל שונים כגון בית"ר ירושלים, הפועל קטמון ירושלים, ביתר מעלה אדומים ועוד... פגישה עם שחקני בית"ר ירושלים כולל חלוקת חתימות ותמונות. בסיום כל עונה מתקיים טקס חגיגי בהשתתפות המשפחות, בו מחולקות מדליות ותעודות הצטיינות לתלמידי בית הספר לכדורגל.

	
מגרש	ק - כיתות ח'
	
	₪ 130
	
	עידן 052-8449595

* שעות וימים יפורסמו במהלך ההרשמה.

כדורגל

בהדרכת עידן ויצמן | בוגר וינגייט באימון והדרכת כדורגל, מנהל בית הספר לכדורגל מזה מספר שנים, באזור מטה בנימין, עובד כמעט כעשור כרכז נוער.

משחק הכדורגל יוצר אורח חיים ספורטיביים, ובסיסו הוא משחק קבוצתי אשר מחייב שיתוף פעולה בין השחקנים, דבר שמקנה להם למידה על סובלנות, אחדות, גיבוש, כבוד, בטחון עצמי, חוסן נפשי, משמעת עצמית, כושר גופני והתמודדות עם אתגרים ולחצים. משמש כאמצעי לעיצוב חיים בריאים יותר הן מההיבט הבריאותי והמנטלי. היכולת להקנות לילדים, מעבר ליסודות הכדורגל, גם ערכים חשובים ולעזור להם לנתב את דרכם הנכונה, ולקוון לערכים וחינוך באמצעות המשחק, וללמד אותם שההיבט החברתי והערכי חשובים מאוד.

מלבד האימונים השוטפים אנו בבית הספר





קרציקה

בהדרכת דבי אוזן סטודיו "יש מאין"

מזמין אתכן לחוויה יצירתית בעבודה בחומר -
בניה, פיסול, צביעה ועיטור.
עבודת יד או אובניים.
לילדות מכיתה א', נערות ונשים.
(מיועד גם למורות בשנת שבתון)

* ייתכנו שינויים לפי ההרשמה

www.studioceramic-ym.co.il



נינג'יצו

האימונים יבוצעו באווירה רגועה כאשר בטיחות
ובריאות התלמידים עומדת בראש סולם
העדיפויות.

בנוסף לזה והחשוב מכל זו ההנאה מפעילות
ספורטיבית אתגרית ומעניינת.



18:00



יום שני



120 ₪

110 ₪ לאחר הנחה



סטודיו למחול

בהדרכת יובל מלמד | דאן 2 בנינג'יצו - ש.לח.
המחזיק בתעודת מדריך מוסמך מטעם מכללת
ווינגט ל- mixed martial art ופנקרטיון

מייסד אסכולת הלחימה הוא צבר ארם מומחה
בינלאומי לאומנויות לחימה. פיתוח השיטה
נעשה בישראל כאשר המטרה היא לרכוש
מיומנויות רבות משיטות לחימה שונות כגון
נינג'יצו, ווינג-צונג קאלי מואי תאי ועוד ...

השיטה מבוססת על שילוב אומנויות לחימה
שונות. בסיס השיטה ויסודה הוא הנינג'יצו
שהיא לחימה רכה ורחבה הכוללת טכניקות
רבות וגמישות מחשבה.

במהלך האימונים הילדים ירכשו מיומנויות
שונות כגון מהירות, זריזות, קורדינציה, כוח,
תזמון, ועוד. בעזרת כלים אלו יוכלו המתאמנים
להגיב בצורה יעילה יותר למצבים משתנים.



09:00-12:30



יום ראשון בוקר

16:00-21:00

יום ראשון אחה"צ

16:00-21:00

יום שלישי אחה"צ



דבי אוזן 9726656
052-3996201



בית משפחת אוזן





בנות ובנים א-י



₪ 145



בתיא 050-7487122



ציור

בהדרכת בתיא קורץ (ליאור)

בוגרת מגמת אומנות, סטודיו לצורפות וקרמיקה ומסיימת תואר לריפוי בעיסוק. בחוג נלמד לפתח טכניקות ציור, אימון וקשר עין יד ומוח בחווית צביעה נדירה של מגוון חומרים ייחודיים וכיפיים! בין החומרים רישום באור וצל, צבעי מים, אקוורל, אקריליק ועוד. אין צורך בכישרון מיוחד בשביל להשתתף אבל צריך לאהוב ולרצות לצייר. כל מי שפתוח להתנסות ורוצה להנות מחדוות היצירה מוזמן בשמחה!



עפרה 9726818
050-3637362
noamfen@gmail.com



₪ 150 כולל חומרים



בית פניגשטיין



עיסת נייר

בהדרכת עפרה פניגשטיין

מאמנות לאמונה - עיצוב ופיסול בעיסת נייר

חוגים, סדנאות, בת מצוות, ערבי נשים עיצוב ופיסול בעיסת נייר החל מיצירת השלד דרך פיסול ומגע בחומה, שילוב צורות וצבעים בהתאמה אישית עד המוצר המוגמר, יצירה מידי חודש. החוג מועבר באווירה ביתית ונעימה בקבוצת גיל מותאמת. בחוג יושם דגש על חשיבה עצמאית ופיתוח בטחון, דמיון ויצירתיות.



דיאטת קוזלוב

בהדרכת אלגרה אילוז | מנחת קבוצות דיאטת מאמנת אישית בשיטת יפה קוזלוב
 אני חוזרת אחרי יום עבודה וישר הולכת למקרר. כל הכעסים, המחשבות והעלבונות כאילו נעלמים עם האכילה. בהתחלה שוקולד, אחר כך לחם, פרי, עוגיות ועוד כוס קפה.
למה שוב איבדתי שליטה באכילה?
 חוסר ערנות לדרך שבה אנו אוכלים היא שמביאה אותנו להשמנה, לתסכול ולחוסר שביעות רצון.
 באי ונלמד יחד מהי אכילה נכונה נתנתק מהרגלי אכילה ישנים ושגויים נבין מהי הסיבה לתחושות רעב ונלמד לעשות את ההפרדה בין הנאה מאוכל בריא ומאוזן לבין אכילה כגורם מנחם. אם חשוב לך לרדת במשקל ולאכול נכון מתוך בחירה חופש והנאה. אני מזמינה אותך להתקשר ולהירשם לאחת הקבוצות במבוא חורון, נוף איילון, מודיעין או מבשרת. הקבוצות נפתחות מיד לאחר סוכות.



יום שלישי או רביעי



מפגש ראשון-50 ₪, ללא התחייבות. פרגני לעצמך, מגיע לך!



אלגרה 050-2775952

תכשיטנות

בהדרכת סוזי בן מרגי - סטודיו משלך

בחוג נלמד המון שיטות מגניבות להכנת תכשיטים, נעצבוניצור שלל תכשיטים משגעים ברמה גבוהה ובאווירה כיפית במיוחד. לאורך השנה נשתמש במגוון מכשירים מקצועיים, וכיר סוגים שונים של חרוזים, חוטים, חלקי חיבור ועוד חומרים רבים ומעניינים.
 בחוג נקדיש תשומת לב לפיתוח מיומנויות של מוטוריקה עדינה, קואורדינציה, ריכוז, דיוק וסבלנות. התכשיטים מוסיפים המון לביטחון ולהערכה העצמיים של בנות החוגים. נשים דגש על אווירה טובה וחברית, כדי שכל בת תצא עם הרגשה טובה.
 מטרת החוג היא לתת לבנות שמחה, הנאה ואוורור, תוך כדי למידה מפתחת וחוויתית. עיצוב תכשיטים זה תחביב נוח, לא מלכלך, לא מבלגן, ולא צריך מכשור יקר שתופס המון מקום. תנו לבתכם מתנה נהדרת - תעסוקה מהנה ומפתחת לשעות הפנאי!



16:00



כיתות א' - ב'



יום שני

17:15

כיתות ג' - ד'

יום שני

18:30

כיתות ז' - ט'

יום שני

16:00

כיתות ה' - ו'

יום רביעי

אפרת וינשטוק
 054-3043348
 mishelach@gmail.com

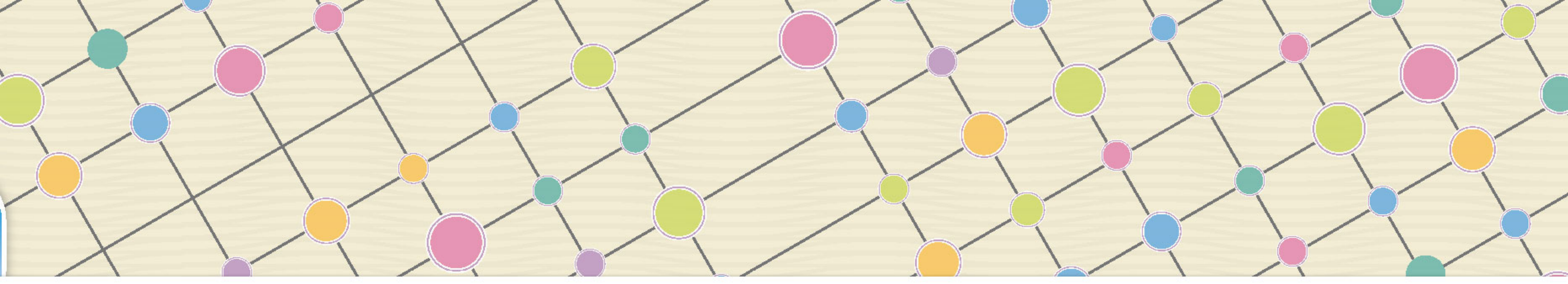


150 ₪ לחודש
 + 300 ₪ חומרים לשנה



בית בן מרגי במדזרנים






שפת העיצוב
050-2050902

