

מערכת שעות לשנת 2021

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
10:00-11:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים מאמן: אמיר בוארון	8:30-9:45 אגרוף תאילנדי בוגרים מאמן: רונן אדלשטיין	10:00-11:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים מאמן: אמיר בוארון	10:00-11:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים מאמן: אמיר בוארון	8:30-9:45 אגרוף תאילנדי בוגרים מאמן: רונן אדלשטיין	10:00-11:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים מאמן: אמיר בוארון
11:15-13:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי NO GI נבחרת מאמן: אמיר בוארון	10:00-11:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים מאמן: אמיר בוארון	11:15-13:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת מאמן: אמיר בוארון	11:15-13:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת מאמן: אמיר בוארון	11:45-12:45 ג'יוג'יטסו ברזילאי נשים מאמנת: אמיר בוארון	12:50-13:50 אימון שקים מאמן רונן אדלשטיין
15:45-16:45 לחימה משולבת גילאים 10-14 קארטה + אגרוף תאילנדי מאמן: רונן אדלשטיין	11:15-13:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת מאמן: אמיר בוארון	17:00-17:45 NO GI גרפלינג גילאים 6-12 מאמן: אמיר בוארון	17:00-17:45 NO GI גרפלינג גילאים 6-12 מאמן: אמיר בוארון	11:15-13:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת מאמן: אמיר בוארון	12:50-13:50 אימון שקים מאמן רונן אדלשטיין
16:45-17:30 לחימה משולבת גילאים 6-9 קארטה + אגרוף תאילנדי מאמן: רונן אדלשטיין	16:00-16:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאי 8-10 מאמן: אמיר בוארון	15:45-16:45 לחימה משולבת גילאים 10-14 קארטה + אגרוף תאילנדי מאמן: רונן אדלשטיין	17:45-18:45 אגרוף תאילנדי בסיס מאמן: גיא מור אלון	16:00-16:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאי 8-10 מאמן: אמיר בוארון	14:00-15:00 אימון שקים מאמן רונן אדלשטיין
17:30-18:15 ג'ימבו בוקס גילאים 4-6 קארטה + אגרוף לגיל הרך מאמן: רונן אדלשטיין	16:45-17:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאים 6-7 מאמן: אמיר בוארון	16:45-17:30 לחימה משולבת גילאים 6-9 קארטה + אגרוף תאילנדי מאמן: רונן אדלשטיין	18:45-19:45 ג'יוג'יטסו ברזילאי נשים מאמנת: משי רוזנפלד	16:45-17:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאים 6-7 מאמן: אמיר בוארון	15:00-16:00 MMA מאמן: ויקי דבוש
18:15-19:15 אגרוף תאילנדי גילאים 10-17 מאמן: רונן אדלשטיין	17:30-18:15 ג'ימבו ג'יטסו ג'יו ג'יטסו לגיל הרך גילאים 4-6 מאמן: אמיר בוארון	17:30-18:15 ג'ימבו בוקס גילאים 4-6 קארטה + אגרוף תאילנדי לגיל הרך מאמן: רונן אדלשטיין	19:45-20:45 MMA מאמן: ויקי דבוש	17:30-18:15 ג'ימבו ג'יטסו ג'יו ג'יטסו לגיל הרך גילאים 4-6 מאמן: אמיר בוארון	16:15-17:15 אגרוף קלאסי מאמן: אלכס צילוב שלייפר
19:15-20:15 אגרוף קלאסי מאמן: אלכס צילוב שלייפר	18:15-19:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נוער גילאים 15-18 מאמן: אמיר בוארון	18:15-19:15 אגרוף תאילנדי גילאים 10-17 מאמן: רונן אדלשטיין	21:00-22:00 אימון שקים מאמן: גיא מור אלון	18:15-19:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נוער גילאים 15-18 מאמן: אמיר בוארון	18:15-19:15 אגרוף תאילנדי גילאים 10-17 מאמן: רונן אדלשטיין
20:30-22:00 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים NO GI מאמן: אמיר בוארון	19:15-20:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים מאמן: אמיר בוארון	19:15-20:15 אגרוף קלאסי מאמן: אלכס צילוב שלייפר		19:15-20:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים מאמן: אמיר בוארון	19:15-20:15 אגרוף קלאסי מאמן: אלכס צילוב שלייפר
20:30-21:45 אגרוף תאילנדי בוגרים מאמן: רונן אדלשטיין	20:30-21:45 אגרוף תאילנדי בוגרים מאמן: רונן אדלשטיין	20:30-22:00 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים NO GI מאמן: אמיר בוארון		20:30-21:45 אגרוף תאילנדי בוגרים מאמן: רונן אדלשטיין	20:30-22:00 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים NO GI מאמן: אמיר בוארון