

## מערכת שעות אולם גרפלינג

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
08:30-09:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה	08:30-09:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה	08:30-09:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה	08:30-09:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה	08:30-09:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי NOGI	09:00-10:00 ג'יו ג'יטסו ברזילאי יסודות
10:00-11:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	10:00-11:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	10:00-11:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	10:00-11:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	10:00-11:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת NOGI	10:00-11:00 ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה

16:00-16:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאי 9-12				16:00-16:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאי 9-12	
17:00-18:00 NOGI ילדים	16:45-17:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאי 7-9	17:00-18:00 NOGI ילדים	17:00-17:45 אימון נבחרת NOGI ילדים	16:45-17:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאי 7-9	14:00-15:00 MMA בוגרים
	17:30-18:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאי 4-6			17:30-18:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי גילאי 4-6	
18:15-19:15 אגרוף תאילנדי נוער גילאי 12-17	18:15-19:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נוער ★ גילאי 13-17	18:15-19:15 אגרוף תאילנדי נוער גילאי 12-17		18:15-19:15 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נוער ★ גילאי 13-17	18:15-19:15 אגרוף תאילנדי נוער גילאי 12-17
19:30-20:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	19:15-20:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים NOGI	19:30-20:30 ★ ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	19:00-20:00 ג'יו ג'יטסו ברזילאי NOGI	19:15-20:30 ג'יו ג'יטסו ברזילאי בוגרים חליפה	19:30-20:30 ★ ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת NOGI
20:30-21:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה		20:30-21:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה			20:30-21:45 ג'יו ג'יטסו ברזילאי NOGI