

שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
09:00-10:00	08:30-09:45	08:30-09:45	08:30-09:45	08:30-09:45	08:30-09:45
ג'יו ג'יטסו ברזילאי יסודות	ג'יו ג'יטסו ברזילאי NOGI	ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה	ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה	ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה	ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה
+18 בוגרים	+18 בוגרים	+18 בוגרים	+18 בוגרים	+18 בוגרים	+18 בוגרים
10:00-11:00	10:00-11:30	10:00-11:30	10:00-11:30	10:00-11:30	10:00-11:30
ג'יו ג'יטסו ברזילאי חליפה	ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת NOGI	ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה	ג'יו ג'יטסו ברזילאי נבחרת חליפה
+18 בוגרים	+18 בוגרים	+18 בוגרים	+18 בוגרים	+18 בוגרים	+18 בוגרים
13:00-14:00	16:00-16:45	16:00-16:45		16:00-16:45	16:00-16:45
MMA	ג'יו ג'יטסו ברזילאי	ג'ודו		ג'יו ג'יטסו ברזילאי	ג'ודו
גילאים 15-10	גילאי 9-12	גילאי 9-12		גילאי 9-12	גילאי 9-12
14:00-15:00	16:45-17:30	16:45-17:30	17:00-17:45	16:45-17:30	16:45-17:30
MMA	ג'יו ג'יטסו ברזילאי	ג'ודו	אימון נבחרת ילדים NOGI	ג'יו ג'יטסו ברזילאי	ג'ודו
+16 גילאים	גילאי 7-9	גילאי 7-9	גילאי 9-12	גילאי 7-9	גילאי 7-9
	17:30-18:15	17:30-18:15		17:30-18:15	17:30-18:15
	ג'יו ג'יטסו ברזילאי	ג'ודו		ג'יו ג'יטסו ברזילאי	ג'ודו
	גילאי 4-6	גילאי 4-6		גילאי 4-6	גילאי 4-6
	18:15-19:15	18:15-19:15	20:00-21:00	18:15-19:15	18:15-19:15
	ג'יו ג'יטסו ברזילאי נוער	אגרוף תאילנדי נוער	MMA	ג'יו ג'יטסו ברזילאי נוער	אגרוף תאילנדי נוער
	גילאי 13-17	גילאי 12-18	+16 בוגרים	גילאי 13-17	גילאי 12-18