



עצמה OTZMA
המרכז לאגודות ספורט עצמאיות
ISRAEL CENTER OF SPORT CLUBS



יום אימונים פתוח לאגודות בשיתוף אגודת גילגולים, איגוד התעמלות ועצמה- המרכז לאגודות ספורט עצמאיות עם המאמן הבינלאומי מארה"ב מיחאי ברשטיאן.

שלום רב,

ביום שבת, 4/3/2023, יתקיים אימון פתוח לאגודות מכשירים בנות באולם התעמלות
המאובזר של אגודת גילגולים (המגל 10, כרמיאל).

קהל יעד: מתעמלות תחרותיות בענף התעמלות מכשירים בנות בשנתונים 2011-2012.
לו"ז:

אימון ראשון: 8:30-12:00

הפסקת צהרים 12:30-14:30

אימון שני: 14:30-17:30

סיכום ופיזור 17:30-17:40.

עלות למתעמלת: 50 ש"ח בתשלום במקום במזומן או בביט ל 054-4301849.

עלות למאמנים: מאמנים ללא עלות.

רישום מתעמלות ומאמנים: לרישום נא להיכנס ללינק הבא:

<https://forms.gle/hAV4KRAATgrDfXc66>

- רישום עד 28/2. לאחר תאריך זה על בסיס מקום פנוי בלבד.
- ארוחת צהרים עצמאית- כל אחד/ת מביא/ה לעצמו (יש מקרר ומיקרוגל במקום).

לפרטים נוספים ניתן לפנות לטל פז: 054-4301849

בברכה,

איגוד התעמלות אגודת גילגולים כרמיאל

העתקים:
שרית שנער- מנכ"לית
ועדה מקצועית מכשירים בנת