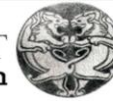


KARATE SPIRIT
 בית הספר ללימוד קראטה וג'ו ג'יטסו ברזילאי



שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
עין עירון 8:30 - 10:00 קראטה בוגרים כול הרמות	עין עירון	פרדס חנה-מתנ"ס	עין עירון	עין עירון 08:00 - 09:00 קראטה בוגרים כול הרמות	עין עירון
	16:00 - 16:45 קראטה ילדים גילאי 7-12	16:00 - 16:45 קראטה ילדים גילאי 7-12	17:00 - 17:30 קראטה ילדים גילאי 3.5-5	פרדס חנה-מתנ"ס 16:00 - 16:45 קראטה ילדים גילאי 7-12	16:00 - 16:45 קראטה ילדים גילאי 7-12
	17:00 - 17:45 קראטה ילדים גילאי 5-7	16:45 - 17:30 קראטה ילדים גילאי 5-7	17:30 - 18:30 קראטה ילדים נוער חגורות חומות	16:45 - 17:30 קראטה ילדים גילאי 5-7	17:00 - 17:45 קראטה ילדים גילאי 5-7
	18:00-18:55 קראטה ילדים חגורות ירוקות גילאי 10 ומעלה		18:45 - 20:00 יוגה גברים	17:30 - 18:00 קראטה ילדים גילאי 3.5-5	18:00-18:55 קראטה ילדים חגורות ירוקות גילאי 10 ומעלה
	19:00-20:30 ג'ו ג'יטסו ברזילאי נוער בוגרים	קיסריה 17:00 - 17:45 קראטה ילדים גילאי 5-7 *	20:15 - 21:30 קראטה בוגרים כול הרמות	קיסריה 17:00 - 17:45 קראטה ילדים גילאי 5-7 *	19:00-20:30 ג'ו ג'יטסו ברזילאי נוער בוגרים
		18:00 - 18:45 קראטה ילדים גילאי 7-12 *		18:00 - 18:45 קראטה ילדים גילאי 7-12 *	20:30-21:45 קראטה בוגרים כול הרמות
		19:00-20:00 מתקדמים ילדים		19:00-20:00 מתקדמים ילדים	
		עין עירון 20:30 - 21:45 קרטה בוגרים		20:00-21:15 קראטה בוגרים כול הרמות	

אימונים ב-

מתחילים - עד חגורה כתומה (כולל)
 מתקדמים - חגורה ירוקה ומעלה
 *האימון מועבר ע"י אילן לאור