

برنامج الدورات للموسم الرياضي 2018/2019

الفريق	الأجيال	التمرين الاول	التمرين الثاني	المدرّب
كرة سلة 1	صفوف اول-ثالث	الاثنين 16:30-15:30	الاربعاء 16:30-15:30	ربيع عبده
كرة سلة 2	صفوف رابع-سادس مبتدئون	الجمعة 16:30-15:30	السبت 9:30-8:30	واكيم حلو
كرة سلة 3	صفوف رابع-سادس متقدمون	الثلاثاء 17:00-15:30	الخميس 17:00-15:30	سهير ابو عرب

سكيت 1	+5	السبت 16:00-18:00		اريج سالم
--------	----	-------------------	--	-----------

كاراتيه-سبورت	6-3 سنوات	الاربعاء 16:15-15:30		خالد عثمان
كاراتيه 1	مبتدئون +7	الاربعاء 17:30-16:30	الجمعة 17:30-16:30	خالد عثمان
كاراتيه 2	متوسطون	الاربعاء 18:30-17:30	الجمعة 18:30-17:30	خالد عثمان
كاراتيه 3	متقدمون	الاربعاء 20:00-18:30	الجمعة 20:00-18:30	خالد عثمان
كاراتيه 4	منتخب	الثلاثاء 19:30-18:30		

كيك بوكس	جيل +8	الاثنين 18:00-17:00	الجمعة 15:30-16:30	عصام شلوفة
----------	--------	---------------------	--------------------	------------

جمناز 1	7-5 سنوات	تبدأ بشهر 2018/11		جاد ابراهيم
جمناز 2	12-8 سنة	تبدأ بشهر 2018/11		جاد ابراهيم

كرة قدم 1	3 سنوات	الاثنين 16:15-15:30		عبودي عساف
كرة قدم 2	3 سنوات	الاثنين 17:00-16:15		عبودي عساف
كرة قدم 3	4 سنوات	الجمعة 16:45-16:00	السبت 16:45-16:00	عبودي+مجد
كرة قدم 4	4 سنوات*م	الجمعة 17:30-16:45	السبت 17:30-16:45	عبودي+مجد
كرة قدم 5	5 سنوات*م	الثلاثاء 17:30-16:30	الخميس 17:30-16:30	عبودي عساف
كرة قدم 6	5 سنوات	الاثنين 17:30-16:30	الاربعاء 17:30-16:30	فادي عليمي
كرة قدم 7	5 سنوات	السبت 10:00-8:30		عبودي عساف
كرة قدم 8	صف أول*م	الثلاثاء 16:30-15:30	الخميس 16:30-15:30	عبودي عساف
كرة قدم 9	صف ثاني*م	الثلاثاء 18:30-17:30	السبت 11:30-10:00	عبودي عساف
كرة قدم 10	صفوف أول-ثاني	الاثنين 16:30-15:30	الاربعاء 16:30-15:30	فادي عليمي
كرة قدم 12	صفوف أول-ثاني	الجمعة 16:00-15:00	السبت 16:00-15:00	عبودي عساف
كرة قدم 11	صفوف ثاني-ثالث	الاثنين 18:30-17:30	الاربعاء 18:30-17:30	فادي عليمي
كرة قدم 13	صفوف ثالث-رابع*م	الخميس 18:30-17:30	السبت 13:00-11:30	عبودي عساف
كرة قدم 14	صفوف ثالث-رابع	الاثنين 19:30-18:30	الاربعاء 19:30-18:30	فادي عليمي
كرة قدم 15	صفوف ثالث-رابع	الثلاثاء 19:30-18:30	الخميس 19:30-18:30	مجد بشارة
كرة قدم 16	صفوف ثالث-رابع	الجمعة 20:00-19:00	السبت 20:00-19:00	مجد بشارة
كرة قدم 17	صفوف خامس-سادس-م	الاثنين 20:30-19:30	الاربعاء 20:30-19:30	فادي عليمي
كرة قدم 18	صفوف خامس-سادس	الثلاثاء 20:30-19:30	الخميس 20:30-19:30	مجد بشارة
كرة قدم 19	صفوف خامس-سادس	السبت 15:00-13:30		عبودي عساف
كرة قدم 20	قدم 20-خامس-سادس	السبت 21:30-20:00		مجد بشارة
كرة قدم 21	قدم 21-سابع-ثامن-م	الاثنين 21:30-20:30	الاربعاء 21:30-20:30	فادي عليمي
كرة قدم 22	قدم 22-سابع-ثامن	الجمعة 21:30-20:00		مجد بشارة
كرة قدم 23	قدم 23-تاسع-عاشر	الثلاثاء 21:30-20:30	الخميس 21:30-20:30	مجد بشارة