



# תוכנית אבריכה

(תוכנית סופית מעודכנת ליום 30/10/22)

## 01.11.22-30.06.2023

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
	גברים ונשים 05:30-08:00	גברים ונשים 05:30-08:00	גברים ונשים 05:30-08:00	גברים ונשים 05:30-08:00	גברים ונשים 05:30-08:00	גברים ונשים 05:30-08:00	
גברים ונשים 08:00-09:30	נשים 08:00-09:30	גברים 08:00-09:30	נשים 08:00-09:30	גברים 08:00-09:30	נשים 08:00-09:30	גברים 08:00-09:30	
כללי 09:30-15:00	גברים 09:30-11:00	נשים 09:30-11:00	גברים 09:30-10:30	נשים 09:30-11:00	גברים 09:30-10:30	נשים 09:30-11:00	
	גברים ונשים 11:00-12:30	גברים ונשים 11:00-13:00	נשים 10:30-11:45	גברים ונשים 11:00-13:00	נשים 10:30-11:45	גברים ונשים 11:00-12:15	
			גברים 11:45-13:00		גברים 11:45-13:00		
	נשים ונערות 12:30-14:00						הפסקה טיפול בריכה
	גברים ונערים 14:00-15:30	נשים ונערות 14:45-15:45	כללי 14:45-15:45	נשים ונערות 14:45-15:45	גברים ונערים 14:45-15:45	כללי 14:45-15:45	
	כללי 15:30-16:30	נבחרת שחיה 15:45-18:00	נבחרת שחיה 15:45-18:00	נבחרת שחיה 15:45-18:00	נבחרת שחיה 15:45-18:00	נבחרת שחיה 15:45-18:00	נבחרת שחיה 15:45-18:00
		נשים ונערות 18:00-19:15	גברים ונערים 18:00-19:15	כללי 18:00-19:45	גברים ונערים 18:00-19:15	נשים ונערות 18:00-19:15	
		כללי 19:15-20:00	כללי 19:15-20:00		כללי 19:15-20:00	כללי 19:15-20:00	
		גברים ונערים 20:00-21:15	נשים ונערות 20:00-21:15	גברים ונערים 19:45-21:15	נשים ונערות 20:00-21:15	גברים ונערים 20:00-21:15	
		גברים ונשים 21:15-22:00	גברים ונשים 21:15-22:00	גברים ונשים 21:15-22:00	גברים ונשים 21:15-22:00	גברים ונשים 21:15-22:00	