

הטבה
לנרשמים עד 1.9.22
פטור מדמי
רישום!



ימים ראשון,
חמישי
155-255 ש"ח
בהתאם לקבוצות גיל

ימים ראשון-
שישי
220 ש"ח
הכל כלול

מחול ג'אז/היפ הופ

בית ספר לתנועה ריקוד ומחול "דאנס פלור" מתמחה בכל סגנונות הריקוד, להקה ייצוגית שבסיסה הוא כל סגנונות המחול ג'אז, פאנק, R&B, מודרני, היפ הופ, דאנסהול.

סטודיו נשים

סטודיו חדשני לנשים ולנערות הרוצות לשפר את היכולת הגופנית, או להשיל מספר קילוגרמים ממשקלן. מהותו של המקום, בין היתר, כולל מגוון רחב של פעילויות כגון: יוגה, פילאטיס, עיצוב חיטוב הגוף, אירובי, שיעורי מדרגה, כושר וחזקת מתיחות, TRX וספינינג השיעורים המגוונים ניתנים ע"י מדריכות מקצועיות ומנוסות כל אחת בתחומה ומועברים באווירה כיפית עם המון יחס חם ותמיכה לאורך כל הדרך.

קפוארה

בהדרגה משה שטרית, מאמן בכיר מוסמך ווינגייט, בעל תעודת חניך למופת, מתמחה בעבודה עם הגיל הרך ובעל וותק של מעל 22 שנים. עבד עם קבוצות נוער תחת השגחתו של מאסטר קוגומולו. "קרקו" ביה"ס לקפוארה מבית סטודיו קוגומולו - הקפוארה הינה אומנות לחימה הבולטת בתנועות הריקודיות אשר מקורה בעבדים הברזילאים. שורשי הקפוארה הניכרים עד היום, מתייחסים לאלמנטים של קרב הכוללים התקפה והגנה, אך המינוח המקובל בקפוארה הוא של משחק. הקפוארה משלבת בתוכה: אנרגיה, קרבות, אקרובטיקה, מוסיקה, קואורדינציה, חיזוק הגוף, תנועה יצירתית, היסטוריה מרתקת ועוד...

טניס

בהדרגה ינון ספיר

"טניס בגבעה" מזמין אתכם להצטרף לחוג הטניס עם מיטב המאמנים. במסגרת החוג נעבוד על: עצמאות הילד, נחישות, דבקות במטרה, כושר גופני וביטחון עצמי, יסודות הטניס, כיצד להחזיק מחבט של טניס, כיצד לחבוט בכדור טניס, ערכיות המשחק, תחרותיות משמעת.

טאקוונדו

בהדרגה אדוארד אבוזוב, מדריך עם 15 שנות ניסיון בתחום, דאן 2 מדריך מוסמך ממכון ווינגייט המאמן כבר 3 שנים בעיקר נבחרת ילדים ונבחרת בוגרים של המועדון. מועדון טאקוונדו עוצמה מוביל בארץ רשום בוועדת הספורט, המועדון שם דגש על קידום הספורטאים הכנה לתחרויות בארץ ובעולם ימי פעילות וגיוש תחרויות ליגה פנימיות נבחרות קרבות וייצוגיות. מעבר לתחום התחרותי ילדיכם ואתם מוזמנים ליהנות מחווית אימון שמתאימה לכל הגילאים באווירה נעימה ומקצועית.

חוגים ופעילויות לשנת תשפ"ג 2022/23



ימי שלישי
170-200 ש"ח
בהתאם לקבוצות גיל



ימי ראשון,
רביעי
180-230 ש"ח
בהתאם לקבוצות גיל

הנחות בתקופת
החגים לרוב החוגים



סוג מנוי	1 חודש	6 חודשים	12 חודשים	חד פעמי
בריכה + חדר כושר (מבוגר)	250 ש"ח	1300 ש"ח	2400 ש"ח	-
בריכה + חדר כושר (פנסיונר, ילד, נכה, חייל)	250 ש"ח	1170 ש"ח	2000 ש"ח	--
חדר כושר בלבד				
חדר כושר (מבוגר)	180 ש"ח	960 ש"ח	1800 ש"ח	25 ש"ח
חדר כושר (פנסיונר, ילד, נכה)	180 ש"ח	845 ש"ח	1570 ש"ח	25 ש"ח
חדר כושר (חייל בשירות חובה תושב גבעת זאב)	90 ש"ח	-	-	15 ש"ח
בריכה בלבד				
כרטיסיית מבוגר (תושב גבעת זאב 10 כניסות)	300 ש"ח	-	-	-
כרטיסיית פנסיונר, ילד, נכה, (תושב ג. זאב 10 כניסות)	250 ש"ח	-	-	-
כרטיסיית מבוגר (תושב חוץ 10 כניסות)	320 ש"ח	-	-	-
כרטיסיית פנסיונר, ילד, נכה, (תושב חוץ 10 כניסות)	280 ש"ח	-	-	-
כניסה חד פעמית ילד	-	-	-	30 ש"ח
כניסה חיפ מבוגר	-	-	-	35 ש"ח

מחירון מרכז הספורט
גבעת זאב



רח' התאנה 6, גבעת זאב | 02-5369552

חוגי העשרה



שחמט

בהדרגה מאור חקק

משחק השחמט מקנה כלים חשיבתיים נהדרים שהופכים לשימושיים גם בתחומים אחרים בחיים. הוא מאפשר לתרגל ולפתח מיומנויות של התמודדויות מול יריבים, מול מצבי לחץ, ומול הצורך בבחירה באופציות רבות, פיתוח ושיפור מיומנויות החשיבה, הריכוז, הסבלנות, ההגיון, יכולת האלתור והיצירתיות. המשתתפים משרים את רמתם במשחק וכן לומדים ערכים חשובים כמו ספורטיביות, תחרותיות והוגנות.

שילוב אומנויות

בהדרגה האומנות נעמי דובינסקי - 050-9242211

החוג מקנה היכרות מעשית עם עולם האומנות העשיר ולימוד טכניקות שונות יישום עבודה יצירתית המשלבת מגוון רחב של חומרים: פימו, בד, פסיפס, עיסת נייר, מיחזור, צבעים שונים ועוד. במהלך השנה כל משתתפת ומשתתף יצרו פרויקטים שונים שאותם יקחו הביתה.

אלקטרו עץ

בהדרגה חנה יניב

החוג מקנה מושגי יסוד במעגל החשמלי: הכרת המעגל החשמלי, מהם מוליכי חשמל? סוגי מנועים, חיבור חוטים, למח המכשיר לא עובד? בחוג יש חדות יצירה ומוטוריקה עדינה - צביעה, גזירה, הדבקה, עבודה עם פטיש ומסמרים, חיבור החוטים לכל המרכיבים החשמליים. המון סיפוק וחוויה - בסיומו של תהליך הבניה נקבל תוצר מושלם, יפה ושימושי אותו יקח כל ילד לביתו למשחק ולהפעלה שבדודאי יגרום להנאה והתפעלות..

טיסנאות

בהדרגה אשר אמסלם

בחוג נבנה טיסנים, דאוניס וגילשוניס מסוגים שונים: טיסני ספורט המשלבים פעלולים באוויר, גילשוניס הנוחתים על המים, טיסני קרב ועוד... במהלך החוג נלמד שיטות הטסה שונות, נערוך תחרויות הטסה - הטיסן שטס גבוה יותר, רחוק יותר ומהר יותר... במקביל נגלה עולם קסום ומרתק של בניית טיסנים והטסתם תוך כדי שילוב של מושגים בסיסיים מעולם התעופה.

רוקחות טבעית

בהדרגה מירה אלינור אלקובי

חוג מיוחד, רב גילאי בו נלמד לרקוח טבע לחיים. נלמד איך להניף את שרביט הקסמים שיהפוך לנו עשבים פשוטים, פרחים קטנים לאוצרות של ריפוי ושימחה לחיים. לכל מי שרוצה לקבל בכל מפגש צידה לחיים שוקקים ססגוניים עם מלא צבעים וריחות חדשים. מעבירה את החוג מירה אלינור אלקובי בוגרת אוניברסיטת תל אביב, לימודי רוקחות טבעית, מטפלת בפרחי באך ארומתרפסית, מייסדת ל"ן מוצרים, טיפוח וריפוי מבית "פועם".

פסיכודרמה

בהדרגה ענת כהן

בחוג הילד יקבל הבנה לדפוס התנהגות שלו וכן לרגשות והמחשבות שבתוכו. דרך התהליך הילד יבין שאפשר אחרת בלי לתת הרבה כוחות ולהשיג מטרה נעלה יותר. בתהליך הילד ילמד שפה חדשה והן מילולית והן בשפת גוף. הילד יעבור תהליך מהעולם הפנימי שלו שישחקק לעולם החיצוני שלו. מתאים לכל ילד שיש לו קשיים חברתיים, קשב וריכוז, היפר אקטיביות ובעיות רגשיות אחרות.

מחול מזרחי

בהדרגה אודט יפה

מחול נשי, קסום, משחרר, מהנה, רך ועוצמתי, טבעי לגוף האישה בכל גיל

תנועה נובעת

בהדרגה גילה מורן

מסע מרתק ועמוק לגילוי עצמי דרך הגוף. עבודה פנימית ואישית במרחב רחמי - מכיל - משותף. החוג מאפשר לגלות את החיות והשמחה האמיתית שבתנועה הנובעת מתוכך.

צפרות

חוגי הצפרות של כנפי קק"ל, מעניקים לילדים ולילדות הזדמנות ייחודית להתחבר אל הטבע באופן הכי עמוק, מקצועי וחוויתי!

בתכנית 10 חודשים המצמיחים דור חדש של צפרים וחוקרי טבע. כל חודש מחולק ל: שלוש שבועות, אחת לשבוע מתקיים מפגש חוג במרחב היישוב, בו הילדים עוסקים בלמידה וחוויה סביב הנושא החודשי, ומפגש סיור ברחבי הארץ-מאגמן החולה ועד אילת, אחת לחודש. בסיור חניכות וחניכי החוג חווים צפרות מעשית, ביקור במוזיאונים ואתרים שונים.

במשך החוג כל אחד ואחת יקבלו

1. מגדיר ציפורים מקצועי במתנה!
2. משקפת איכותית למשך שנה בהשאלה!

180 ₪

חוגי ספורט



התגוננות רחוב

בהדרגה חננאל אברמוב

התגוננות רחוב MMA הינה אומנות לחימה ישראלית, השיטה בעלת אופי ייחודי המשלבת אומנויות לחימה שונות, ומתאימה את עצמה באופן מושלם לצרכים הישראלים והוכיחה את עצמה בחברה. הנקודות העיקריות עליהם יושם הדגש במהלך השנה יחס אישי, סובלנות, כבוד, נימוס, שיפור הביטחון העצמי, הגנה עצמית קואורדינציה ועוד.

התעמלות קרקע

בהדרגה עדי חסיד

המתעמלות לומדות את עקרונות הכושר הגופני תוך שילוב של כיף והנאה. הן מפתחות קואורדינציה, שיווי משקל, כוח וגמישות, זריזות, יכולת תנועתית והבנה מרחבית. הישגי המתעמלת מעבר להישגים הספורטיביים מקנים ביטחון עצמי, הכרת הגוף, יכולת שליטה בגוף, יכולת ריכוז והתמדה, עזרה לזולת ובגרות.

כדורסל

בתי הספר של **בית"ר ירושלים** נועדו בראש ובראשונה ליצר הנאה לילדים תוך כדי פעילות גופנית. במהלך הפעילות נשים דגש על הקניית ערכים כגון עבודת צוות, התמדה, נחישות, אמון ומצוינות. הדגשים המקצועיים בעבודה בבתי הספר לכדורסל הם לימוד יסודות הכדורסל, ושיפור היכולת האישית של כל שחקן ושחקן, על מנת שבעתיד יוכלו להצטרף לקבוצות מחלקת הנוער שמשתתפות בליגות תחרותיות של איגוד הכדורסל.

קט רגל

בהדרגה דרור מלכה ומועדון הכדורגל עצמה גבעת זאב.

ערכים- נחישות, התמדה, עבודת צוות | מקצועיות- שיפור יכולת אישית והכנה לקבוצות הליגה. | מצוינות- חינוך להצלחה

ימי רביעי

200 ₪
חוג לנשים בלבד

ימי שני

300 ₪

ימים ראשון,

שני, רביעי,

חמישי, שישי

160-350 ₪

בהתאם לקבוצות גיל

ימים שני,

רביעי

179-295 ₪

בהתאם לקבוצות גיל

ימים ראשון,

שלישי, חמישי

195-380 ₪

בהתאם לקבוצות גיל

ימים שני,

רביעי

195-220 ₪

בהתאם לקבוצות גיל