

סילבוס לקורס אמנויות לחימה בסיס

עדי, פברואר 2025

ימי שישי					ימי שלישי				
נושא	מיקום	שעות	תאריך	מפגש	נושא	מיקום	שעות	תאריך	מפגש
פסיכולוגיה של הספורט	זום	8:30-12:00	7.2.25	2	פתיחה	עדי	17:00-21:30	4.2.25	1
פסיכולוגיה של הספורט	זום	8:30-12:00	14.2.25	4	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	11.2.25	3
פסיכולוגיה של הספורט	זום	8:30-12:00	21.2.25	6	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	18.2.25	5
תורת האימון	זום	8:30-10:45	28.2.25	8	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	25.2.25	7
תורת האימון	זום	8:30-14:30	7.3.25	10	אמנויות לחימה + מבחן פסיכולוגיה	עדי	17:00-21:30	4.3.25	9
	חופש פורים		14.3.25	12	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	11.3.25	11
תורת האימון	זום	8:30-14:30	21.3.25	14	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	18.3.25	13
תורת האימון	זום	8:30-14:30	28.3.25	16	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	25.3.25	15
מדעי הספורט	זום	8:30-13:00	4.4.25	18	אמנויות לחימה + מבחן תורת האימון	עדי	17:00-21:30	1.4.25	17
מדעי הספורט	זום	8:30-13:00	25.4.25	20	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	22.4.25	19
מדעי הספורט	זום	8:30-13:00	2.5.25	22	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	29.4.25	21
מדעי הספורט	זום	8:30-13:00	9.5.25	24	אמנויות לחימה	עדי	17:00-21:30	6.5.25	23
					שיטת אל הלב	עדי	17:00-21:30	13.5.25	25

ימי שישי					ימי שלישי				
נושא	מיקום	שעות	תאריך	מפגש	נושא	מיקום	שעות	תאריך	מפגש
שיטת אל הלב	זום	9:00-11:00	23.5.25	27	שיטת אל הלב	עדי	17:00-21:30	20.5.25	26
שיטת אל הלב	זום	9:00-11:00	30.5.25	29	שיטת אל הלב	עדי	17:00-21:30	27.5.25	28
					שיטת אל הלב	עדי	17:00-21:30	3.6.25	30
					שיטת אל הלב	עדי	17:00-21:30	10.6.25	31
					שיטת אל הלב	עדי	17:00-21:30	17.6.25	32
					מבחן מסכם מעשי	עדי	17:00-21:30	24.6.25	33

*לוח הזמנים נתון לשינויים

**לצורך קבלת תעודה יש לסיים קורס ע"ר בהיקף 28 שעות והכשרה מעשית בהיקף 15 שעות

***המפגשים המעשיים יתקיימו בבית אל הלב, פועלי צדק 2, תלפיות, ירושלים