

כל הספורט במרכז העיר 2020-2021

חוגי ילדים

בי"ס אוסישקין

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
כדורגל (מתקיים במגרש אוסישקין)	יוסרה 054-9123888	כיתות א'-ו' ילדי הגן	ראשון ורביעי שלישי	18:00-13:00 18:15-15:00	255 ₪
כדורסל	איתמר 054-7613443 נעם 054-4454694	ילדי גן-כיתה ו'	שני וחמישי ראשון	20:30-13:45 13:45-13:00	245 ₪
כדורעף	אלעד שפגט 050-7583111	כיתות ג'-ד' (בנות) כיתות ה'-ו' (מעורב) כיתות א'-ב' (מעורב)	ראשון ורביעי	15:15-14:30 16:00-15:15 16:45-16:00	230 ₪
טניס	אושרי 09-7673982	כיתות א'-ו'	שני וחמישי	16:00-14:00	270 ₪
טיפול רגשי דרך תנועה ו-CBT	איריס אלדר 052-2782406	גילאי 9-15	שני וחמישי	19:00-16:00	בתיאום טלפוני
פיתוח מיומנויות חברתיות לילדים עם צרכים שונים	מירב כהנקה 054-5941020	גן-כיתה ו' כיתות ז'-ט'	שלישי רביעי וחמישי	17:00-19:15	בתיאום טלפוני

בי"ס בן-גוריון

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
כדורגל	יוסרה 054-9123888	כיתות א'-ד'	שני וחמישי	14:00-13:00 17:00-16:00	255 ₪
כדורסל	גיא 054-7910650	כיתות א'-ו'	ראשון ורביעי	19:45-13:45	245 ₪
כדורעף	אלעד שפגט 050-7583111	כיתות א'-ו' (מעורב)	שלישי וחמישי	17:00-14:30	230 ₪
טניס	אושרי 09-7673982	כיתות א'-ו'	ראשון ורביעי	18:30-16:15	270 ₪
טאקוונדו	שלמה טל 052-3526320	טרום חובה-כיתות ה' נבחרת ו'-י"ב	שלישי שישי	15:15-19:45 13:00-14:30	290 ₪

בי"ס בר אילן

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
כדורסל	ערן 052-4733377	כיתות א'-ו' חינוך מיוחד	שני וחמישי ראשון רביעי	20:45-14:30 20:30-17:30 18:30-16:15	245 ₪ 230 ₪
כדורעף	אלעד שפגט 050-7583111	כיתות א'-ו'	ראשון ורביעי	16:30-14:00	
קונג פו (מקלט 25)	אבשלום 054-7414029		ראשון שני רביעי וחמישי	החל מ-16:30	בתיאום טלפוני

ספורט

מרכז העיר

בי"ס גולדה

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
כדורגל	יוסרה 054-9123888	כיתות א'-ד' בנות וילדי גן	שני וחמישי שלישי	17:45-13:00	255 ₪
				18:00-16:00	265 ₪
כדורסל	ברק 054-2771888	כיתות א'-ו'	ראשון ורביעי	20:45-14:30	245 ₪
כדורעף	אלעד שפגט 050-7583111	כיתות א'-ו'	שני וחמישי	17:15-15:00	230 ₪
טניס	אושרי 09-7673982	כיתות א'--ו'	ראשון ורביעי	19:45-16:15	270 ₪
טריקינג אקרובטיקה	גיא 058-7228899	כיתות ג'-ו' כיתות ו'-ט' כיתות ט' ומעלה	שני וחמישי	20:30-17:30	340 ₪
ג'וג'יטסו	רונו 054-2255640	ילדי גן כיתות א'-ו'	שלישי	17:15-18:00 18:00-18:45	265 ₪

בי"ס גורדון

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
כדורגל	יוסרה 054-9123888	כיתות א'-ד'	ראשון ורביעי	15:15-13:00	255 ₪
כדורסל	אייבי 054-4487290	כיתות א'-ו'	שלישי וחמישי	20:45-13:45	245 ₪
כדורעף	אלעד שפגט 050-7583111	כיתות א'-ו' (מעורב)	ראשון ורביעי	17:00-14:30	230 ₪
קראטה	רז רוסמן 054-2224678	גילאי 5-16	שני (ביצחק שדה) ורביעי	17:15-22:00	285 ₪
גלגליות	ליאל 050-9029615	גן - כיתה ו' מתקדמים	שני	16:00-16:45 16:45-17:30	190/250 ₪

בי"ס יצחק שדה

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
כדורגל	יוסרה 054-9123888	כיתות א'-ד'	שני וחמישי	15:15-13:00	255 ₪
כדורסל	אייל בירן 054-7580548	כיתות א'-ו'	ראשון ורביעי	21:00-13:45	245 ₪
כדורעף	אלעד שפגט 050-7583111	כיתות א'-ו'	שלישי וחמישי	19:00-13:45	230 ₪
קראטה	רז רוסמן 054-2224678	גילאי 5-16	שני ורביעי (מתקיים בגורדון)	21:00-17:00	285 ₪

בי"ס ברנר/מרכז אלון

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	אולם/מגרש	מחיר
טניס שדה	דויד 050-5923554 09-7410956	כיתות א'-ה'	שני וחמישי	16:30-18:45	ברנר (מקורה)	270 ₪
אייקידו	אלי 050-6333767	ילדים	שלישי שישי	16:30 12:30	ברנר	210/230 ₪

לחץ/י להרשמה <



בי"ס ברנר/מרכז אלון

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	אולם/מגרש	מחיר
גלגליות	ליאל 050-9029615	כיתות ה'ו' כיתות ב'ד' ילדי הגן-כיתות ב' מתקדמים	חמישי שישי	16:00-15:15 16:45-16:00 17:30-16:45 14:45-13:45	אולם שרת אולם אורט	190/250 ₪
התעמלות קרקע מכשירים	נופר 052-4476074	בנים כיתות ב'ד' כיתות א' כיתות ג' מתקדמים/ות	חמישי שני וחמישי	15:15 16:00 16:45 17:30 18:15	ברנר	230 ₪
התע' לגיל הרך	גוסטבו 0522908913	גיל 3-5.5	ראשון	18:45-16:30	אלון/סטודיו	210 ₪
סטודיו דנה	דנה 052-3801163	כיתות א'-ח' בוגרות	שני	20:30-16:00 20:30	אלון/סטודיו	בתיאום טלפוני
סטודיו דנה	דנה 052-3801163	גיל 3.5-6 בוגרות	שלישי	19:00-16:30 19:00	אלון/סטודיו	בתיאום טלפוני
סטודיו דנה	דנה 052-3801163	כיתות א'-ו' כיתות ז'-ט' בוגרות	רביעי	17:30-16:00 17:45 20:00	אלון/סטודיו	בתיאום טלפוני
סטודיו דנה	דנה 052-3801163	כיתות ג'-ו' כיתות ז'-ט' בוגרות	חמישי	17:45-16:00 18:00 19:45	אלון/סטודיו	בתיאום טלפוני
העשרה מוטורית	רפי דקל 052-5977170	גיל 4-8	ראשון-חמישי	19:00-16:00	אלון/העשרה	300 ₪
מחול-הורה כפר סבא	אלרון ראובני 054-5950298	ניצנים (יסודי) נעורים (חטיבות)	שני ורביעי	16:30 19:00	חטיבת שרת	
קט רגל	אריאל 053-3270951	ילדי הגן- כיתות ג' כיתות ה'ו'	שלישי וחמישי ראשון	18:45-16:30 17:00	אלון/מגרש סינטי	130/190 ₪ 130 ₪
כדורשת נערות	רחל סלומון 054-5386388	כיתות ז'-ט'	שני רביעי	14:45-16:00 19:00-20:15	אולם שרת אולם אורט	120 ₪
חדר כושר ילדים	כרדי 052-3320883	כיתות ג'-ט'	שני-חמישי	19:00-16:00	בן צבי	130-260 ₪
אתלטיקה	מיכאל 054-4292496 יעל בלס 054-4443987	כיתות ג'-ו'	שני ורביעי	14:30	אלון	190 ₪
כדורסל	עידן 050-4910021	כיתות א-ו' גנים בנות ג'-ו'	ראשון ורביעי	13:45-17:00 17:00 18:30	ברנר	160/220 ₪
קטרגל חטיבות	נועם 054-4286324	כיתות ז'-ט'	ראשון ורביעי	19:30-18:30	מגרש ברנר	200 ₪
ברייקדאנס	דנה 052-3801163	כיתות ג'-ו' כיתות א'-ב'	ראשון	16:30-17:30 17:30-18:15		190/230 ₪

בי"ס ברנר/מרכז אלון

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	אולם/מגרש	מחיר
סייף	אוהד 052-5398048 תומר 052-5450258	כיתה ב'-בוגרים	ראשון - חמישי שישי	20:00-15:00 החל מהשעה 13:00	בן צבי	300-500 ₪
כדורעף	אלעד שפגט 050-7583111	ג' ד' מתחילים ה' ו' בנות א'-ד' ה' ו' בנים	ראשון ורביעי	15:00-15:45 15:45-16:30 16:30-18:00 18:00-18:45	אולם שזר	250 ₪
כדורעף	התאחדות בתי הספר	חטיבה	ראשון-חמישי	18:00-15:00	אלון	
כדורעף	הפועל	ארצית	חמישי	22:00-20:00	אלון	
כדורעף	אליצור	בוגרים	ראשון ורביעי	22:00-20:00	אלון	
כדורגל בנות	יוסרה 054-9123888	כיתות א'-ז'	ראשון ורביעי	18:30-16:45	מגרש סינטטי אלון	150/200 ₪

מרכז מזור רח' נחשון אולם ארן

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
ג'ודו	שוקי קואז 052-2446057	גיל 4-15 נערים, נוער ובוגרים	שני וחמישי	20:00-17:15 21:30-20:00	בתיאום טלפוני
טאקוונדו	שלמה טל 052-3526320	טרומ חובה-כיתות ה' כיתות ו'-יב' (נבחרת)	ראשון ורביעי	19:00-16:45 20:30-19:00	290 ₪

מרכז ספורט ספיר

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
התעמלות קרקע לבנות בלבד	מרכז מידע ורישום 09-7640881	גן חובה-כיתה ו'	ראשון ורביעי	18:00-15:00	210 ₪
קפוארה	עידן 054-6717720	גן חובה-גיל נוער	ראשון-חמישי		350 ₪
קיקבוקס	אסף אדום 050-6255880	גיל 5+	שני וחמישי	19:30-18:00	350 ₪

מרכז ספורט אילן רמון

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
נינג'ה	עומר בין אבי 050-9858085	גן טרום חובה-כיתות ו'	שלישי שישי	18:45-15:00 16:00-13:00	190 ₪
מחול קלאסי מחול מודרני מחול לגיל הרך היפ הופ ג'אז	סיגל בננישתי 052-5582899	כיתות א'-יב' כיתות ג'-יב' גן טרום חובה+גן חובה כיתות א'-י"ב	ראשון שני רביעי חמישי	21:00-16:00 19:15-16:00 18:00-16:00 21:00-16:00	בתיאום טלפוני

לחץ/י להרשמה <

קריית הספורט העירונית

אולם כצנלסון/גלילי

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
התעמלות אומנותית	מרינה צבקביץ 050-7244394	גיל 3 - כיתה ו'	ראשון-חמישי	20:30-15:30	₪ 300
כדורעף	מועדון הכדורעף 09-7733390	גן חובה-כיתות י"ב	ראשון-שישי	20:30-15:30	₪ 250
אתלטיקה	רכזת יעל בלס 054-4443987	כיתות א'-ו'	שני, רביעי וחמישי	18:00-15:30	₪ 200

אולם היוכל

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
מחול ותנועה, היפ הופ	סיגל בננישתי 052-5582899	גן חובה-כיתה י"ב	ראשון, שלישי ורביעי	21:15-17:30	בתיאום טלפוני
כדורסל	מועדון הכדורסל 09-7669834	גיל 5-18	ראשון-שישי	18:00-14:00	₪ 250

מרכז ספורט בר לב

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
מחול ואומנויות הבמה	צעדים בתנועה 09-7661001	גיל 4-18	ראשון-חמישי	22:00-16:00	בהתאם לרמת התוכנית
ג'אז סבא	בניהול ופיקוח "צעדים" 09-7661001	גיל 8-18	ראשון וחמישי	22:00-16:00	₪ 319
יוגה	דנה אשר 054-6855066	ילדים	שלישי	18:15-17:30	₪ 190
התעמלות לגיל הרך	גוסטבו מיטלברג 052-2908913 ההרשמה הינה בתיאום מראש בלבד	ילדים (גילאי 3-5.5)	ימי שלישי ורביעי	19:00-16:45	₪ 215
ג'ודו לילדים ונוער	עפר קואז 050-5399500	גיל 3.5 - כיתות ו'	שני וחמישי	20:30-16:45	ילדי הגן: 220 ₪ פעם בשבוע כיתות א'-ו': 280 ₪ פעמיים בשבוע נוער ומבוגרים: 330 ₪ פעמיים בשבוע
כדורעף	הפועל כפר סבא 09-7733390 www.vbhks.org.il	ילדים ונוער (חלוקה לפי קבוצות גיל)	ראשון-חמישי	החל מ-15:00	כיתות ז'-ח': 305 ₪ + ציוד כיתות ט'-י"ב: 320 ₪ + ציוד
טניס שולחן (מתקיים באולם הראל)	יאל שוהם 054-2536725	ילדים, נוער ובוגרים/ות	ראשון רביעי	18:00-21:00 17:00-20:00	₪ 220

בי"ס שילה

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
כדורגל (מותאם לציבור הדתי)	נעם בן שטרית 054-4286324	כיתות ג'-ד' כיתות א'-ב'	ראשון ורביעי	18:45-19:30 18:00-18:45	₪ 130/190

בי"ס תורה ומדע

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
חוג כדורגל "נושמים כדורגל" (החוג מתקיים בבי"ס תורה ומדע)	נעם בן שטרית 054-4286324	כיתות ד'-ט'	שני ורביעי	19:00-17:00	200 ₪

בי"ס סאלד

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
פיתוח מיומנות חברתית לילדים עם צרכים שונים	מירב כהנקה 054-5941020	גן- כיתה ו' ד'-ט'	שני	19:15-17:00	בתיאום טלפוני

מועדון השחייה הפועל כפ"ס/בית ברל בבריכת בית ברל (למעט ימי א' בקאנטרי כפ"ס)

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
שחייה	אריה 054-8028151	מגיל 5 ועד בכלל	כל ימות השבוע	15:00-19:00	בתיאום טלפוני

מרכז קהילה ונוער עציון

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
התעמלות קרקע	אורית ספוז'ניקוב 054-6640118	גן חובה-כיתות ה'	שני	18:45-15:45	155 ₪
עיצוב וחיטוב	קלאודיה גלפרן 050-6867769	נשים 15-65	ראשון ושלישי	20:15-19:15 21:15-20:15	170 ₪
ברייקדאנס	בר מרחבקה 050-4422427	כיתות א'-ד' ה' ומעלה - מתקדמים	ראשון וחמישי	18:00-16:15 19:00-18:00	220 ₪
סטודיו סגול	אלין כבביה 0507798360	כיתות א'-ג' גיל 4-6 (בלט) כיתות ד'-ז' (ג'אז/ היפ הופ) חטיבה (מודרני)	רביעי	17:15-15:45 18:00-17:15 19:45-18:00 21:00-20:00	160 ₪
נושר גופני ומשחקי כדור	יובל האס 052-2766974		ראשון ורביעי	18:00-17:00	180 ₪

מרכז קהילה ונוער הראשונים

שם החוג	מדריך/ה	גיל/כיתה	ימים	שעות	מחיר
נושר גופני ומשחקי כדור לגיל הרך	יובל האס 052-2766974	ילדי הגן כיתות א'-ב'	שני וחמישי	18:00-17:00 19:00-18:00	180 ₪
יוגה לנשים	זהבה לוי רייך 050-2600123	נשים	ראשון	20:30-19:30	180 ₪ 520 ₪ לכרטיסייה עבור 12 שיעורים
פילאטיס	ורוניקה מסור 054-6462088	נשים	שני	21:00-20:00	

שם החוג	מדריך/ה	קהל יעד	ימים ושעות	מקום	מחיר
קבוצת כדורסל ללא מדריך	דרך מנהל קריית הספורט אליעזר חדאד 050-3166233	מבוגרים/ות	כל השבוע	קריית הספורט גלילי/ כצנלסון	מחיר לקבוצה
קטרגל	דרך מנהל קריית הספורט אליעזר חדאד 050-3166233	מבוגרים/ות	כל השבוע	קריית הספורט גלילי/ כצנלסון	מחיר לקבוצה
צ'י קונג וטאי צ'י	אוהד קדם 054-4387948	מבוגרים/ות	שני, 18:30-21:30	קריית הספורט גלילי/ כצנלסון	300 ₪
ריקודי עם	נטע 052-4444600	מבוגרים/ות	ראשון, 01:00-20:00	אולם ספורט היובל	35 ₪ כניסה חד פעמית
אייקידו	אהרון אטלס 052-4839667	בוגרים/ות	שני וחמישי, 21:45-20:30	מרכז ספורט בר לב הגליל 69	330 ₪
טאקוונדו	יניב נוחם 052-4650866	בוגרים/ות	ראשון, 22:00-20:45	מרכז ספורט בר לב הגליל 69	190 ₪
התעמלות בריאותית	גליה גוטמן 052-4764007	נשים +60	ראשון וחמישי, 10:45-10:00 / 10:00-09:15	אולם ארן רחוב נחשון 14	160 ₪ פעמיים בשבוע
התעמלות בונה עצם	מירי יצחקי 050-2404041	גיל הזהב	שני וחמישי, 08:15-07:30	אולם ארן רחוב נחשון 14	110 ₪ פעם בשבוע
פטאנק (מגרש ארן)	בריאן 052-3290469	60-120	ראשון ורביעי, 18:00-15:00	מגרש ארן רחוב נחשון 14	ללא תשלום
פלדנקרייז	חוזה נווה 054-6741528	גיל הזהב	שני וחמישי / שני (פעם בשבוע) 08:45-07:15	בית ספיר רח' ירושלים 33	160 ₪ פעמיים בשבוע
יוגה	אפרת צוקרן	גיל הזהב	שלישי וחמישי, 10:00-09:00	בית ספיר רח' ירושלים 33	110 ₪ פעם בשבוע
פילאטיס לנשים לאחר לידה	שירית דרחי שמש 050-6270778	נשים לאחר לידה	שני, 09:30-08:30	אולם ארן רחוב נחשון 14	120 ₪
פילאטיס	שירית דרחי שמש 050-6270778	לקהל הרחב	שני, 10:30-09:30	אולם ארן רחוב נחשון 14	160 ₪
כדורסל באהבה	אמיר כהנא 052-6795667	גברים	שני, 23:00-21:30	אולם ספורט בית ספיר רח' ירושלים 33	בתיאום טלפוני
כדורסל באהבה	אמיר כהנא 052-6795667	גברים	חמישי, 22:30-21:00	אולם ספורט בית ספיר רח' ירושלים 33	בתיאום טלפוני
קבוצת כדורסל ללא מדריך	דוד כהן 052-3364091	בוגרים	שני וחמישי, 21:00-19:30	אולם ספורט בית ספיר רח' ירושלים 33	בתיאום טלפוני
עיצוב הגוף	אושר כהן	בוגרים/ות	ראשון, 19:00	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	כרטיסיה

ספורט

מרכז העיר

חוגי מבוגרים/ות

שם החוג	מדריך/ה	קהל היעד	ימים ושעות	מקום	מחיר
זומבה	אזשר כהן	בוגרים/ות	ראשון ורביעי, 20:00	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	כרטיסיה
פילאטיס	אזשר כהן	בוגרים/ות	רביעי, 19:00	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	כרטיסיה
פלדנקרייז	יחיאלה בראון	בוגרים/ות	ראשון, 08:00	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
תנועה מודעת	ענבל גרינברג	בוגרים/ות	ראשון, 09:00	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
יוגה מרוכז	ענבל גרינברג	בוגרים/ות	שני, 08:00	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
תנועה מודעת	ענבל גרינברג	בוגרים/ות	שני ורביעי, 09:15	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
יוגה רמת מתחילים	ענבל גרינברג	בוגרים/ות	שלישי, 08:30	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
עיצוב הגוף	ענבל גרינברג	בוגרים/ות	שלישי, 09:30	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
יוגה	ענבל גרינברג	בוגרים/ות	רביעי, 06:45	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
תנועה מודעת בדגש גב ובטן	ענבל גרינברג	בוגרים/ות	חמישי, 08:15	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
פלדנקרייז	עדנה סתיו	בוגרים/ות	חמישי, 09:00	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה
אימון TRX	עירית זרטל	בוגרים/ות	שישי, 07:15	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מני או כרטיסיה



חוגי מבוגרים/ות

שם החוג	מדריך/ה	קהל היעד	ימים ושעות	מקום	מחיר
פילאטיס	עירית זרטל	בוגרים/ות	שישי, 08:20	חדרי מחול בית ספיר /מגה סטודיו 050-2782781	מנוי או כרטיסיה
קבוצת ריצה	עומרי 054-5741758	בוגרים/ות	רביעי, 19:30	אצטדיון כצנלסון/ גילי	ללא תשלום
אייקידו	אלי 050-6333767	מבוגרים/ות	ראשון, שלישי ורביעי, 19:30 שישי, 13:45	אולם ספורט בי"ס ברנר	210/310 ₪
קיקבוקס	אסף 050-6255880	נוער ומבוגרים/ות	שני וחמישי, 21:00-20:00	אולם ספורט בי"ס ברנר	300-350 ₪
התעמלות נשים משולבת	אירית 054-908568	נשים	ראשון ורביעי, 20:00-19:00	מרכז ספורט אלון/ חדרי סטודיו	170/245 ₪
היפ הופ נשים	סטודיו דנה 052-3801163	נשים	שלישי, 20:00	מרכז ספורט אלון/ חדרי סטודיו	
איידו אומנות החרב	יאן 054-4758084 יורם 054-4443312 יורם 054-4443312	מבוגרים/ות	ראשון, 20:00 רביעי, 20:00 שישי, 14:30	אולם ספורט חטיבת הביניים שז"ר	150-350 ₪
מחול הורה כפר סבא	אלרון 054-5950298	בוגרים +30	רביעי, 20:30	אולם ספורט חטיבת ביניים שרת	
יוגה	ענבל 050-2782781	גמלאים/ות	רביעי, 08:00	רחבת בית ספיר	ללא תשלום
טאי צ'י	גליה 054-4439986	גמלאים/ות	רביעי, 08:00	רחבת בית ספיר	ללא תשלום
הליכה נורדית	נגה 050-2217537	גמלאים/ות	רביעי, 08:00	רחבת בית ספיר	ללא תשלום
ריקודי עם	אייל 052-2452296	גמלאים/ות	רביעי, 08:00	רחבת בית ספיר	ללא תשלום
יוגה	יהודית 052-8303174	לקהל הרחב	שישי, 08:15	פארק עירוני	50 ₪
טאי צ'י	גליה 054-4439986	לקהל הרחב	ראשון, 07:30	רחבת בית ספיר	50 ₪
מאמנט	לאורה 054-3972564	נשים גיל +30	22:30-20:30	בכל בתי הספר היסודיים	תלוי קבוצה
איגוד הכדורשת	info@icf-sport.com	נשים +24			