החברה למתנ"סים
אדם - קהילה - חברה

אלעד.
משהו טוב קורה פה

מרכז קהילתי אלעד
הבית לכל המשפחה

קטלוג חוגים תשפ"ה 2025

יוצרים מציאות

בהתנדבות אישית



מרכז קהילתי אלעד
הבית לכל המשפחה

תוכן העניינים

חוגים לגיל הרך
4) בייבי בלט, שעשועי מחול לגיל הרך, דאנסאקט
5) האומן הצעיר, טרומוזיקה
6) טריקינג, שעת כושר, קפוארה ג'וניור
7) ג'ודו, ג'ימבוקיק

חוגי בנות
9) צלילים-בי"ס למוסיקה: אורגנית, גיטרה, קלרינט, חלילית, מפוחית, כינור, פסנתר
10) תזמורת- סימפוניה
11) "טאנץ"- ביה"ס למחול של סיגל אלפסי: היפ הופ, דאנס לטיני, להקת מחול
12) התעמלות קרקע, אקרו-פיטנס
13) שילוב אומנויות,מאסטר שף
14) חוגי ציור
15) יסודות הצילום
16) חוגי משחק "אקשן", דרמה ומשחק באנגלית
17-18) ארט סטודיו- אמנות בתפירה, לתפור בכיף, תפירה וגזרה
19-20) בי"ס למחול של פרי פרידמן: בלט קלאסי, מחול מודרני, ג'אז לירי, פוינט, אנסמבל "חותם", להקת "חותם", פרויקט "אוליביה"

חוגי בנים
22) אומנות, ציור א'-ג'
23) ציור ד'-ו', מאסטר שף
24) אנגלית
25) צלילים-בי"ס למוסיקה: אורגנית גיטרה, דרבוקה, קלרינט, כינור, פסנתר, תופים תזמורת סימפוניה
26) טריקינג, רכיבה על אופניים
27) נגרות, אלקטרוניקה
28) קפוארה
29) ג'ודו, לחימה משולבת
30) טאקוונדו, כדורגל
31) כדורסל

חוגי נשים
33) "טאנץ"-ביה"ס למחול: דאנס לטיני, סלסה, מתיחות וגמישות, עיצוב וחיטוב, TRX, היפ הופ
34) פעילות גופנית: פילאטיס, אירובי דאנס עיצוב וחיטוב, עיצוב דינאמי, פיטבול, דאנס יהודי סוחף, יוגה, ביילה.
35) ג'ולי דאוד: אימוני כח, קיקבוקס, היט, מתיחות, TRX.
36) יסודות הצילום
37) ריקודי עם
38) מעסק-למותג | סדנה לנשות עסקים
39-40) ארט סטודיו- תפירה וגזרה, טכניקות תפירה, תדמיתנות, עיצוב שמלות כלה וערב עיצוב מטפחות וכובעים, קולקציה אישית, קורס תיקונים

פעילויות גברים
42) לחימה משולבת, קפוארה
43) אימוני כושר,טאקוונדו, אנגלית

להבה
45) פרימייר, אפטר אפקט
46) צילום, פוטושופ, עיצוב גרפי, יצירתיות בעיצוב, הפקת סרט

מידע ופרטים
47) לוח חופשות, מועדי רישום





נהלים

להלן נהלי פעילות החוגים במרכז קהילתי אלעד, לשנת הפעילות תשפ"ה

כללי:

- החוגים במתנ"ס יתקיימו החל מיום ראשון כ"ח אב תשפ"ד 01/09/2024
- פתיחת חוג וקיומו מותנית במספר מינימאלי של נרשמים
- הרשמה לחוגים תתבצע על גבי טפסי רישום של המתנ"ס הנמצאים במזכירות המתנ"ס
- המתנ"ס שומר לעצמו את הזכות להחליף מורה, חדר, ימים ושעות פעילות במהלך השנה.
- כמות התלמידים מוגבלת על פי החלטת המרכז ובהתאם לאופי הפעילות ולגודל החדר.

ביטול שיעורים:

- במידה ומורה לא יכול להגיע לפעילות, ישתדל המרכז להחליפו במורה מחליף. במידה ולא ימצא מורה מחליף, יתבטל השיעור ויוחזר במועד מאוחר יותר באותה שנה.
- פעילות לבנות תתקיים בימים ראשון, שני ורביעי. פעילות לבנים תתקיים בימים שלישי וחמישי.
- פעילות החוגים בפיקוח רבנים.

כללי התנהגות:

- המשתתפים מתבקשים להגיע לשיעורים בזמן.
- המשתתפים מתבקשים להגיע לשיעורים בצורה מסודרת על פי דרישת המורה (לבוש, ציוד וכו'). כולל רכישת ציוד מרוכזת ע"י המתנ"ס/ המדריך בתשלום נפרד.
- משתתפי החוגים הם באחריות ההורים עד תחילת הפעילות ומיד בסיומה.
- נא לא להשאיר ילדים מחוץ לשעות הפעילות ללא השגחה.

נוהל שיעור ניסיון:

- כל תלמיד/ה רשאי לשיעור ניסיון בתשלום. עלות שיעור ניסיון 30 ₪.

תשלומים וביטולים:

- התשלום לחוגים הינו שנתי ויתבצע מראש לכל שנת הלימודים.
- אי השתתפות בשיעורים אינה פוטרת מתשלום.
- ההנהלה רשאית להפסיק השתתפותו של תלמיד שאינו עומד בתשלומים.
- אין החזרי תשלום בגין ימי פעילות החלים בחגים ובמועדים, ככתוב בלוח החופשות.
- משתתפי החוגים מבוטחים בהתאם לנהלים ולהמלצות של החברה למתנסי"ם.
- ביטול פעילות מותנה בחתימה על טופס ביטול. החוג יבוטל מסוף החודש בו הוגש טופס הביטול.
- ביטולים ניתן לבצע עד לתאריך 30.04.2025 בלבד. לאחר מכן לא ניתן לבטל פעילות.

אפשרויות תשלום:

- ניתן לשלם באמצעות כרטיס אשראי (כהוראת קבע), המחאות דחויות ומזומן (מראש בלבד).

הנחות:

- הנחה של 5% תינתן על חוג שני של אותו המשתתף, או על חוג שני של בן משפחה גרעינית (וזאת בהתאם לנהלי המתנ"ס כפי שייקבעו).

"החוגים הם המקום
בו הכישרון פוגש
את ההזדמנות"

חוגים לגיל הרך

בייבי בלט / טרום מחול

חוגי מחול לגיל הרך תורמים לפיתוח קואורדינציה חוש קצב, יציבה, ביטחון עצמי ועוד. במסגרת השיעורים הילדות לומדות תנועה במרחב ומקצבים שונים. השיעורים מועברים בצורה חווייתית ומהנה ע"י מורה מקצועית בוגרת מכון וינגייט שהוסמכה לגיל זה.

מחיר לחודש: 190 ש"ח
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

מורות: סימי דויטש, חנה כהן
052-6188002 (פרי)



שעשועי מחול לגיל הרך

מחול יצירתי והבעתי, שליטה גופנית, זיכרון תנועתי והתמצאות במרחב. מפתח יכולות מוטוריות, קואורדינציה וביטחון עצמי. מתאים לגילאי 3-6.

מחיר לחודש: 170 ש"ח
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

מורה: סיגל אלפסי
054-8004532

חדש!!! DanceAct

שיטה ייחודית, שמקנה לילדתך את תחושת הביטחון, ומגדילה את יכולת הביטוי.
את החוג תעביר תמר פרנקל עם נסיון של למעלה מ-5 שנים בטיפול בשיטה זו.
במהלך החוג אנו נוציא את יכולות המשחק, דרך שירים אינטלגנטים אשר נוצרו למטרה הזאת.
נרקוד ונציג לפי השירים, ובהפקת סוף השנה, נוציא את ההשקעה מהכח אל הפועל,
עם הרבה סיפוק ונחת.

מחיר לחודש: 100 ש"ח | 45 דקות
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

מורה: תמר פרנקל
054-8509790



חוג האומן הצעיר

חוג שילוב אומניות לגיל הרך החל מגיל 4 ומעלה
(בנים ובנות בקבוצות נפרדות)

בו נכיר חומרים שונים, נלמד טכניקות שונות כגון :
פיסול בפלסטלינה , ליבוד, פאנצ'ים, חריזה ועוד
וניצור יצירות יפות ושימושיות
החוג מועבר ע "י מירית כורש
בחוג שלנו כולם יוצאים עם חיוך! תשאלו את מי
שכבר היה...

מחיר לחודש: 150 ש"ח עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח	מורה: מירית כורש 054-8466013

טרום מוזיקה

בואו לפתח את הקטנטנים שלכם
בשמיעה בראיה במוטוריקה
וכל מה שמוזיקה תורמת לנשמה
החל מגיל 3 ועד גיל 10 בקבוצות נפרדות
ואולי תגלו כשרונות חבויים..

ברוריה שושנה, רכזת בית ספר למוזיקה
בעלת תואר במוזיקה

מחיר לחודש: 190 ש"ח מחיר מסובסד לחודש: 150 ש"ח	מורה: ברוריה שושנה 054-8401091



טריקינג- חדש!!!

למה טריקינג?
דבר המאמן: "טריקינג הוא ענף מאתגר ומהנה, במהלך השנה הילד ילמד מגוון רחב של תרגילים שיפתחו אצלו את הקואורדינציה ברמה גבוהה ביותר ומעבר לכך את היצירתיות וחשיבה מחוץ לקופסא.
טריקינג מפתח גמישות, כח מתפרץ וזריזות

טריקינג: שילוב של אלמנטים מעולם האומניות לחימה ומעולם האקרובטיקה אם דגש על יצירתיות וגמישות

מחיר לחודש: 170 ש"ח
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

מורה: אלי כהן
054-8004532 (סיגל)



שעת כושר- הפעלה מוטורית

חוג התעמלות לגיל הרך, משלב עבודה על גמישות, תנועתיות, יציבה נכונה, חיזוק שרירים וחגורת כתפיים.

מחיר לחודש: 170 ש"ח
הפקת סופ"ש: 100 ש"ח

מורה: תמר קורמן
054-8004532 (סיגל)

קפוארה ג'וניור

קפוארה היא אומנות לחימה המשלבת בתוכה ריקוד, מוזיקה ושירה. עוזרת לשיפור הקשב והריכוז ומפתחת מוטוריקה עדינה. אנחנו בקבוצת ABADA CAPOEIRA דואגים לפתח אצל הילד ביטוי אישי, ביטחון עצמי וחיזוק קשרים חברתיים. תוך עבודה על חיזוק השריר, גמישות, אקרובטיקה, קורדניאציה והגנה עצמית.

החוג מועבר ע"י אלחנן קירשברג – graduado macarrão מבית סטודיו אסאי, מדריך ותיק ומנוסה ובאווירה המותאמת לציבור שומרי תורה ומצוות.

מחיר לחודש: 150 ש"ח
תשלום ע"ס 100 ש"ח יגבה עבור טקס חלוקת חגורות

מורה: אלחנן קירשברג
050-2277184

ג'ודו עם דורון בר

בעל ניסיון רב שנים בתחום האימון והעבודה עם ילדים ובני נוער.
מורה מוסמך לחינוך מיוחד והתמחות בלקויות התנהגות ולמידה
מדריך מוסמך לג'ודו ולאומניות לחימה.

הג'ודו כמרחב טיפול
השיטה מאפשרת עבודה עם טווח רחב של ילדים, ומענה לכל מטרה, מהעצמה רגשית, התמודדות במצבי לחץ והעלאת בטחון עצמי, ועד לרמה תחרותית!

ג'ודו לילדים
הקניית ערכים, יכולות מוטוריות וקואורדינציה בשילוב משחקים והנאה, תוך הסתכלות ארוכת טווח להתפתחות הילד גופנית ומנטאלית כאחד.

ג'ודו מקצועי
אימונים המכוונים להישגים ספורטיביים, עם שימת דגש לערכי המקצוענות הספורטיביים, תזונה, כושר, חיזוק מנטלי, ריכוז, ועבודה עם אנשי מקצוע נלווים.
ומעל הכל יחס אישי לכל חניך!

מחיר לחודש: 160 ש"ח
ציוד: חליפת ג'ודו- תתקיים רכישה מרוכזת במחיר מסובסד

מורה: דורון בר
050-9666396

ג'ימבוקיק

ג'ימבוקיק הינו חוג המותאם במיוחד לילדים
ומאפשר להם בעזרת המתקנים והמשחקים של הג'ימבורי
לעבוד על מיומנויות יסוד, חיזוק שרירים והגמשתם,בעזרת
תרגילים מעולם אומנויות הלחימה לחנכם למשמעת
כבוד הדדי, שיפור הריכוז וטיפוח הביטחון העצמי
מתאים לילדים מגיל 4-6



מחיר לחודש: 150 ש"ח
תשלום ח"פ עבור ציוד
יגבה ע"י המדריך

מורה: ברק קיסוס
053-5534768

"כל שיעור הוא צעד
נוסף במסע הלמידה"

"צלילים"- בית ספר למוזיקה

מוזיקה או מוסיקה? שניהם נכונים!
יש את המוזיקה- שעלולה להזיק ויש מוסיקה- שגורמת לנסוק גבוה אל- על.
לא כולם מודעים לתועלת הקיימת במוזיקה, במוח שלנו קיימת פינה השייכת אך ורק למוזיקה, מעל 90% מהאנשים בעולם אינם מנצלים את היכולת שלהם כדי לנגן בכלי.
אין כל קשר בין ידע או אי הידע במתמטיקה, דקדוק או שפות לבין נגינה. אך, הנגינה משפרת את תפקודי המוח השונים, עוזרת בקשר עין יד, פותחת אפיקים חדשים ועוזרת בקידום בלימודים..

אבל מעל הכול, נגינה מרפאה את הנפש וזאת כל אחד יכול להרגיש מיד. נוסף לכך, היא עוזרת גם במצבים קשים יותר, וכשהנפש מבריאה הגוף מתחזק ומרפא את עצמו.
בית הספר למוסיקה פותח שנה שנייה- אחרי שנה של הצלחה ברוכה עם כמאה וחמישים תלמידים, אשר התמידו והגיעו לתוצאות מופלאות...
עם מורים מקצועיים מהשורה הראשונה, עם הבנה בנפש הילד לפי רמתו האישית
אז למה אתם מחכים? בואו ותנו לנשמה שלכם לעלות גבוה להשתמע...
הכותבת: ברוריה שושנה רכזת בית ספר למוזיקה בעלת תואר במוזיקה

החוג במחיר מסובסד

אורגנית, גיטרה, חלילית, מפוחית 6-8 תלמידות בקבוצה מחיר לחודש: ~~190 ש"ח~~ 150 ש"ח הפקת סוף שנה: 100 ש"ח	כינור, קלרינט, פסנתר 2-4 תלמידות בקבוצה מחיר לחודש: ~~290 ש"ח~~ 250 ש"ח הפקת סוף שנה: 100 ש"ח	מורה: ברוריה שושנה 054-8401091



סימפוניה

תזמורת נשים/בנות מבית "צלילים"

יודעת לנגן? רוצה להתקדם?
לנגן יחד עם עוד כלים?
אם גם לך יש שאיפה להתקדם ולנגן בתזמורת בנות
בלבד! בואי והתקדמי.
אצלנו ב"סמפוניה" תזמורת נשים/בנות מבית "צלילים"
בית ספר למוזיקה , תגשימי חלום ותנגני על במות....
בהרמוניה ובמקצועיות. אז בואי, ונשתמע....

מחיר לחודש: ~~230 ש"ח~~ 180 ש"ח הפקת סוף שנה: 100 ש"ח	מורה: ברוריה שושנה לקביעת אודישנים 054-8401091

"טאנץ"- בית הספר למחול של סיגל אלפסי

ביה"ס למחול "טאנץ" הוקם ומנוהל ע"י סיגל אלפסי, מורה למחול, כוריאוגרפית ורקדנית בינ"ל כבר למעלה משלושים שנה. נלמדים בו מגוון סגנונות מחול במקצבים שונים מרחבי העולם. הבנות עובדות על גמישות, יציבה נכונה, שיפור הביטחון העצמי, ופיתוח קואורדינציה. בנוסף ישנו דגש על פיתוח הכושר הגופני, חיזוק שרירים, סיבולת לב ריאה ועוד.

דאנס לטיני
שילוב של מגוון ריקודים לטיניים, תוך פעילות גופנית ושריפת שומנים.
קיימות גם קבוצות דאנס יהודי עם מוסיקה ללא מילים

היפ הופ
ריקוד קצבי ומהנה המפתח את הזריזות, הקואורדינציה, הקצב והגמישות.

מחיר לחודש: 170 ש"ח | 45 דקות
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

מורה: סיגל אלפסי
054-8004532

"טאנץ"- להקת מחול

להקת המחול מאגדת בתוכה אימוני מחול במגוון סגנונות- מחול מודרני, ג'אז, היפ הופ, וריקודים לטיניים. הלהקה עובדת על כוריאוגרפיות למופעים במהלך השנה. האימונים מתקיימים פעמיים בשבוע.

***השתתפות בהרכב הלהקה מותנה במבחני התאמה. מספר המקומות מוגבל.**

מחיר לחודש: 300 ש"ח
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

מורה: סיגל אלפסי
054-8004532

אקרובטיקה (התעמלות קרקע)

חודי המשלב אימוני התעמלות קרקע התורמים
לפיתוח כוח, יציבות
ביטחון עצמי וקואורדינציה.

מחיר לחודש: 170 ₪ | 60 דקות
הפקת סוף שנה: 100 ₪

מורה: סיגל אלפסי, תמר קורמן
054-8004532 (סיגל)

"אקרו-פיטנס" – חדש!!!

חוג מגוון המשלב בין אקרובטיקה לאימוני פיטנס מגוונים. החוג מתאים לרמות יכולת גופניות שונות ומשלב אקרובטיקה, כושר גופני ופיתוח יכולות מוטוריות.
מטרת החוג:
פיתוח מרכיבי כושר גופני באמצעות פעילות מגוונת:
1. פיתוח סבולת וכוח שריר- חיזוק שרירי ליבה, שיפור רמת הכושר הכללי בניית מסת שריר וחיזוק השרירים
2. שיפור הגמישות- הגדלת טווחי תנועה ומתיחות.
3. לימוד יסודות האקרובטיקה
4. שיפור הקואורדינציה- שיפור התיאום בין מערכות הגוף השונות דרך תרגילי שיווי משקל יציבות וקואורדינציה
5. חיזוק הביטחון העצמי ותחושת המסוגלות האישית באמצעות השגת יעדים והישגים
6. טיפוח אורח חיים פעיל ובריא.

תכנית החוג:
אקרובטיקה: לימוד תרגילים בסיסיים ומתקדמים בהתאם לרמת התלמידות. כולל תרגולי גמישות, יציבות וכוח, לימוד תרגילי אקרובטיקה ברמות קושי שונות לימוד גלגלונים, גלגולים, עמידות ידיים עמידות ראש ועוד.
אימוני פיטנס: המשלבים תרגילי כוח, אימוני אירובי, תרגילי קואורדינציה, שיווי משקל וכושר גופני באמצעות מדרגות, גומיות התנגדות, כדורים, סולם קאורדינציה, קפיצות, עבודה על כוח מתפרץ, עבודה על סיבולת שריר וכוח שריר, חיזוק שרירי ליבה, אימוני תחנות ואימוני טאבטה מגוונים.
חוויה אישית:
חיזוק הביטחון העצמי והדימוי העצמי- השגת יעדים ומטרות באימונים, התמודדות עם אתגרים, שיפור תחושת המסוגלות וטיפוח משמעת עצמית.
שחרור לחצים ומתחים - הפעילות הגופנית מסייעת בשחרור מתחים וחרדות, מפחיתה רמות לחץ ומשפרת את מצב הרוח.
חוויה חברתית חיובית ופעילות בקבוצות.

מחיר לחודש: 170 ש"ח | 60 דקות
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

מורה: סיגל אלפסי, תמר קורמן
054-8004532 (סיגל)



כיתת מאסטרשף

חלום של כל אמא להקנות לביתה כלים לחיים, שתכיר את המטבח ותתמצא בו. הגיע העת להגשים חלום מאסטר שף יחשוף בפני ביתך את סודות המטבח שליטה בעשיית מתכונים מוצלחים שיעלו ניחוחות שבת בביתך. הכרת סביבת העבודה במטבח וכללי הזהירות בו. הכנת מגוון של מטעמים מאפים, סלטים, קינוחים וארוחות ערב קלילות ובנוסף כל תלמידה יוצאת עם קלסר מתכונים מעשה ידיה.

MASTER CLASS

מחיר לחודש: 150 ש"ח
עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח

מורה: מיכל פנחסי 050-4112903
אפרת ניסנוב 053-3169523

שילוב אומנויות

חוג אומנות הוא חוג בו תלמדי טכניקות רבות כגון :
מיקס מדיה, לבוד, מקרמה, צריבה על זכוכית ועץ ועוד.
תכירי טקסטורות שונות ותחושי מרקמים שונים אותם תשלבי ביצירה.
חוג משחרר וחוויתי מאוד
היצירות שימושיות ומושקעות בחומרי גלם איכותיים מהדרגה הראשונה
אז בואי להכיר לחוש וליהנות
מחכה לך... המורה מירית

מחיר לחודש: 150 ש"ח
עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח

מורה: מירית כורש
054-8466013

חוג ציור לכיתות א'-ג'

חוג ציור מקנה לך את היכולת להעתיק מתמונה
בהגדלה אל הדף .
לצבוע במגוון צבעים כגון :פנדה, גואש ,מים ואקוורל
ליצור גיוון של צבעים בציור, לצייר נופים ,חיות ועצמים
וללמוד טכניקת רבות .
אז בואי ללמוד את הבסיס לציור להצמיח את הכישרונות
שלך לעתיד מבטיח
וליהנות מאווירה נעימה וחמה
החוג מועבר ע "י מירית כורש, בעלת תואר ראשון
באמנות ותק 16 ש' בתחום. מחכה לך... המורה מירית.

מחיר לחודש: 150 ש"ח
עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח

מורה: מירית כורש
054-8466013



חוג ציור לכיתות ד'-ו'

חוג ציור משלב ידע והכרת טכניקת רבות לצד חוויה
ואווירה נעימה
בו תלמדי איך ליצור מעברי צבע בצבעי אקריליק, איך
ליצור אשליה של עומק
ואיך להעתיק מתמונה ולהגדילה אל הקנבס .
אז בואי ללמוד ולחוות כאחד במקום מקצועי ומרווח
החוג מועבר ע "י מירית כורש, בעלת תואר ראשון
באמנות ותק 16 ש' בתחום. מחכה לך... המורה מירית.

מחיר לחודש: 150 ש"ח
עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח

מורה: מירית כורש
054-8466013

קורס יסודות הצילום

מזה בעצם צילום?
פוטו=אור | גרפיה=רישום
Photography = רישום בעזרת אור
צילום זה אומנות! מוזמנת לחקור את עולם הצילום לעומק בעזרת מצגות והרבה פרקטיקה

<u>מה תקבלי בקורס:</u>
- כלים בסיסיים שחובה לדעת בעולם הצילום.
- טכניקות צילום שונות, קומפוזיציה, חשיפה נכונה, עומק שדה, צילומי תנועה ועוד..
- כל מה שצריך לדעת בצילומי חוץ ופנים.
- נלמד את הגישה לעולמם של הילדים, טיפים וטכניקות לצילומי תינוקות.
- חוברות סיכום ממוקדות, קצר וקולע.
- שיעורים עם מצגות (בלעדיות) מונפשות בצורה ברורה ומובנת.
- בקורס נשלב למידה עיונית - תפעול המצלמה, פרמטרים וכ"ו..
- ולמידה מעשית - נצא לשטח עם המצלמות.
- איך להתקדם צעד אחד קדימה ולהתחיל לעבוד בזה (למי שמעוניינת)

<u>למי מתאים הקורס?</u>
- לבעלת מצלמה שרוצה לדעת לתפעל את המצלמה שלה ב100%.
- לצלמת מתחילה שרוצה לדעת את הכל הסודות של המקצוענים.
- למי שחולמת להיכנס לעולם הצילום בעתיד הקרוב / הרחוק.
- לכל מי שפשוט אוהבת לצלם כל דבר ורוצה לדעת לעשות את זה נכון.
- לכל מי שמעוניינת לקחת את התחביב שלה עוד צעד אחד קדימה ולהתמקצע.
- למי שרוצה לדעת לייצר בעצמה זכרונות כמו של צלמת מקצועית.

אם את בקטגוריות האלה - זה בדיוק עבורך!!!

MASTER CLASS

מחיר 1,500 ש"ח | 10 מפגשים
זמן שיעור: שעה וחצי
תערוכת סוף קורס: 100 ש"ח

מורה: מיכל פנחסי
050-4112903



חוגי משחק "אקשן"- חדש!!!

בית ספר למשחק "אקשן" מנוהל ע"י תמר פרנקל
שחקנית ומפיקה למעלה מ-5 שנים.
במהלך השנה תלמדי חלקים משיטות צ'כוב, צ'אבק וסטניסלבסקי, משולבות לשיטה ייחודית, אשר פותחה בהתאמה מלאה להפקות במה ותיאטרון.
בחוג תלמדי להביע את הרגש, דיאלוג, מונולוג, נקודת השיא, כימייה, וטונוס, אלתורים, משחק עם העיניים, משחק פנימי, כנות, גמישות המשחק, מונולוג פנימי, הכרת טקסט, מבנה סצנה, שיתוף פעולה, מוכנות לאודישן ותמונות לרזומה, ג'יבריש ועוד.
ונתמקד גם על משחק בתיאטרון, ובמקביל על משחק מול מצלמה.
בסוף השנה תתקים הפקה אשר תוציא את הנלמד אל הפועל ותחילת תיק עבודות.

מחיר לחודש: 200 ש"ח
הפקת סוף שנה: 150 ש"ח
משך השיעור: שעה וחצי

מורה: תמר פרנקל
054-8509790



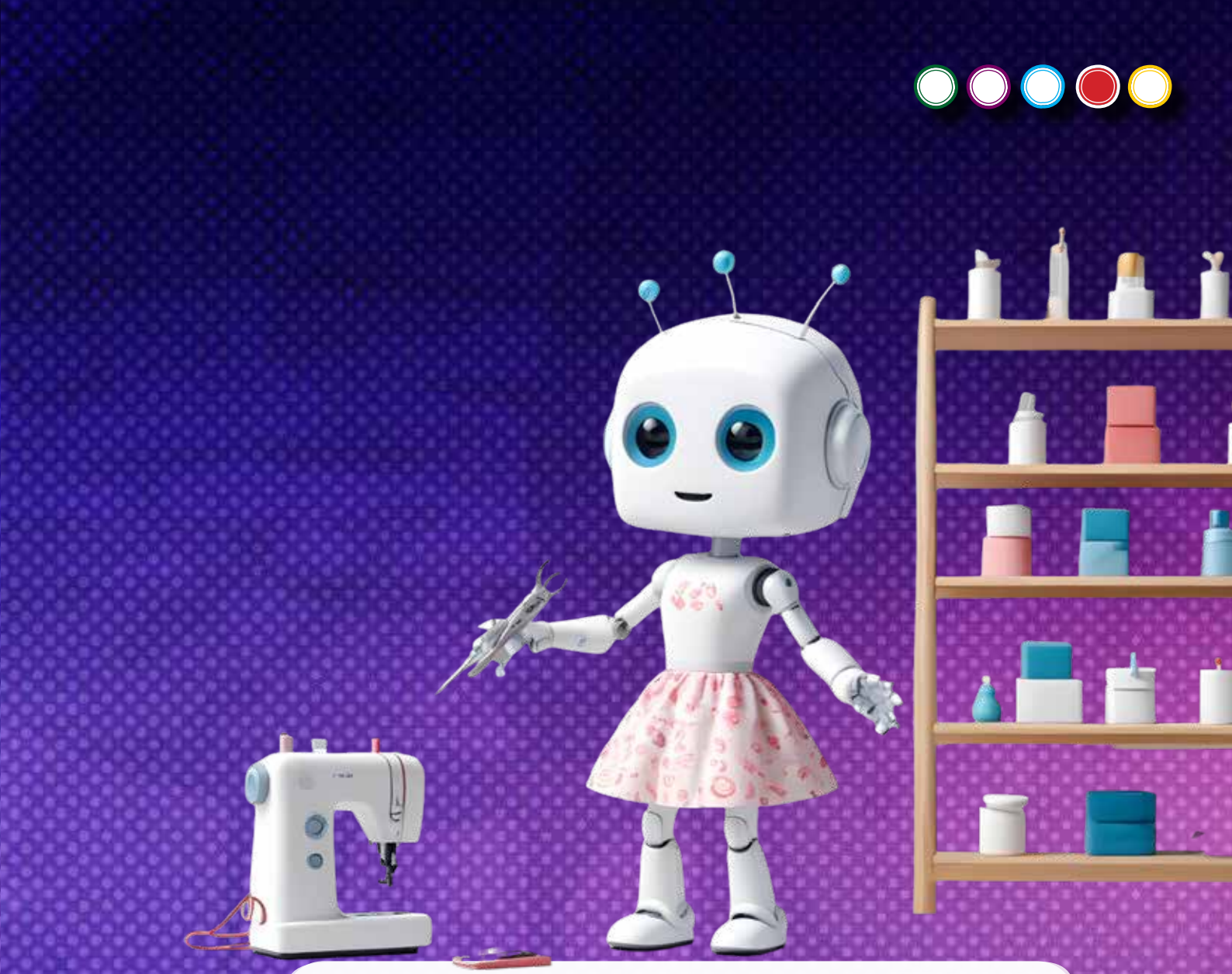
חוג דרמה ומשחק באנגלית-חדש!!!

חוג המקנה שליטה ושטף בשפה האנגלית ע"י פסיכודרמה, דרמה ומשחק.
ביתך תקבל בטחון בשפה, אוצר מילים, שליפה, ידע ועוד .
היא תקבל כלים ותפתח את הביטחון העצמי שלה, תבטא את עצמה דרך הדרמה, ותרכוש ידע בתחום הכל כך נצרך- בשפה האנגלית, ע"י חוויה והנאה מרובה.

החוג מיועד לבנות בכיתות ג-ה

מחיר לחודש: 150 ש"ח
משך השיעור: 45 דקות

מורה: תהילה גורטלר
055-6786200



"ארט סטודיו" - בית לאומנויות

"ארט סטודיו" הינו הוא סטודיו ללימודי עיצוב, אמנות ותפירה. הסטודיו הוקם ע"י מעצבת אופנה בוגרת "שנקר" והוא מקיים מגוון רב של קורסים, חוגים וסדנאות בתחומים אלו. התכנים הנלמדים נבחרים בקפידה ומועברים בצורה מקצועית ע"י צוות מקצועי מיומן ועתיר ניסיון.
בוגרות הסטודיו רוכשות ידע, מיומנויות ופרקטיקה מעשית בתחום, אשר משמש אותן בדרך להצלחה בתחום בו למדו. הלימודים הם לידע אישי או מקצועי בהתאמה למגזר החרדי/דתי. תעודות ניתנות למסיימות.

מגוון קורסים להכשרה מקצועית בתחומי העיצוב התפירה והתדמיתנות בהתאמה למתחילות ולמתקדמות.

אמנות בתפירה

חוג חוויתי המפתח יכולת יצירתית וטכנית בתפירה. תפירה ביד ובאמצעות מכונת תפירה. תפירת פרטי לבוש ואביזרי אופנה. מתאים לכיתות ד'-ו'



מחיר: 10 תשלומים
ע"ס 195 ש"ח כל אחד
כולל חומרים | 60 דקות

מורה: טלי לוסטיג
073-7529202

לתפור בכיף

הקניית יכולת טכנית בתפירה. היכרות עם מכונת התפירה, בנייה וחיזוק היכולת הטכנית, פיתוח גזרות. יצירת מגוון רב של אביזרים ופרטי לבוש אשר יעוצבו ע"י התלמידות בעזרת המורה. מתאים לכיתות ז'-ח'



מחיר: 10 תשלומים
ע"ס 295 ש"ח כל אחד | 90 דקות

מורה: טלי לוסטיג
073-7529202

תפירה וגיזרה

הקניית ידע מקצועי בטכניקות תפירה ופיתוח גזרות. תפירת פרטי לבוש מורכבים, אשר מעוצבים ע"י התלמידות. חולצות, חצאיות, שמלות ועוד. מתאים לכיתות ט'-יב'.



מחיר: 10 תשלומים
ע"ס 395 ש"ח כל אחד
120 דקות

מורה: אורית דוכאן
073-7529202



בית הספר למחול של פרי פרידמן

בית הספר למחול הוקם בשנת 2009 ע"י פרי פרידמן (רקדנית מקצועית, יוצרת ובעלת תואר ראשון) כמענה לשיעורי מחול מקצועיים לציבור הדתי והחרדי באלעד בבית הספר קיימים מגוון שיעורים בבלט קלאסי, מחול מודרני וג'אז לירי לגילאים שונים שהדגש בהם הוא על טכניקה נכונה בריקוד, יציבה נכונה, גמישות, פיתוח מיומנות במרחב ועוד. השיעורים מועברים ע"י מורות חרדיות מוסמכות בוגרות מכון וינגייט עם יחס אישי ומקדם לכל תלמידה ותלמידה.

בלט קלאסי
הסגנון מחול שמקורו ברנסאנס האיטלקי והתפתח כמחול בצרפת ורוסיה. הבלט מהווה בסיס הכרחי וחשוב לכל סגנונות המחול המקצועיים, הסגנון המוזיקלי הוא קלאסי, הבלט הקלאסי מפתח גמישות, קואורדינציה ומשמעת עצמית גבוהה

מחול מודרני
סגנון מחול אשר התפתח בראשית המאה העשרים. מבוסס על יסודות הבלט הקלאסי, אך כאן החוקיות הנוקשה מופרת וסגנון הריקוד הוא הרבה יותר חופשי והרקדנים משתמשים ברגשות ותחושות כדי לבטא את תנועותיהם.

ג'אז לירי
הג'אז משלב בתוכו מגוון סגנונות מחול. השיעור מפתח יכולות כגון גמישות, קואורדינציה, הבנה תנועתית, קצב ומוסיקליות.
השיעורים בנויים על צעדים עכשוויים עם מוסיקה יהודית בלבד.

מחיר לחודש: 190 ש"ח
לחוגים של שעה ורבע המחיר לחודש 240 ש"ח
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

צוות ביה"ס: פרי פרידמן , סימי דויטש
חנה כהן, אחינועם מקייטן
תמר אוסטרי, מעיין עמרן, מיכל גברא
052-6188002 (פרי)

אנסמבל "חותם" – להקה צעירה

הפרויקט מתאים לתלמידות מחול מגיל 15 ומעלה בעלות רקע עשיר בלבד המעוניינת לעבור הדמיה של עבודת להקה.
הפרויקט ממשיך במקביל לשיעורי הטכניקה.
בחוויה מסוג זה, אנו נפגשות עם רעיונות מתוך עולם התנו־עה, גוף ונפש, מתאמנות וחוקרות יחד לכדי עבודה מגובשת איתה נופיע במופעים.
השתתפות באנסמבל מותנית באודישן.

ימי רביעי בשעות 20:00-21:30
מחיר 240 ש"ח
(ללא הנחת רישום מוקדם)

מורה: פרי
052-6188002

להקת "חותם" – להקה מקצועית

להקה מקצועית המוכרת ע"י סל תרבות במשרד החינוך
הלהקה מיועדת לרקדניות מגיל +18 בעלות רקע מקצועי בלבד.
להקת המחול הוקמה בשנת 2022 ע"י פרי פרידמן מתוך ראיית הצורך בפי־תוח אומנות ותרבות המחול באופן מקצועי בחברה הדתית והחרדית ולאפשר לרקדניות מתוך הקהילה לרקוד ולהתפתח בכיווני היצירה והמחול ולהביא לידי ביטוי מסרים וערכים המתקשרים מעולמן.
הקהל הצופה הינו מתוך הקהילה ומכיוון שאומנות ותרבות המחול בחברה החרדית/דתית עדיין בראשית דרכה, הלהקה רואה ערך רב בהנגשה של הופ־עות מחול מקצועיות המתקשרות מתוך עולם זה ומותאמות לערכי הקהילה דרך התנועה והמחול

ימי שלישי בשעות 9:00-14:00

מורה: פרי
052-6188002

פרויקט אוליביה

שיעורי מחול מודרני לנשים בעלות רקע מקצועי במחול
ימי שלישי בשעות 9:15-10:45
עם המורה אוליביה קורט

מחיר 280 ש"ח
(ללא הנחת רישום מוקדם)

מורה: פרי
052-6188002

"החוגים הם המקום
בו אנו לומדים לשתף
פעולה ולהיות חלק
מקבוצה"

חוגי בנים

חוג אמנות

חוג אומנות הוא חוג בו תלמד טכניקות רבות כגון :
מיקס מדיה, לבוד, מקרמה, צריבה על זכוכית ועץ ועוד.
תכיר טקסטורות שונות ותחוש מרקמים שונים אותם תשלב ביצירה. חוג משחרר וחוויתי מאוד
היצירות שימושיות ומושקעות בחומרי גלם איכותיים מהדרגה הראשונה. אז בוא להכיר לחוש וליהנות
מחכה לך... המורה מירית

מחיר לחודש: 150 ש"ח עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח	מורה: מירית כורש 054-8466013



חוג ציור לכיתות א'-ג'

חוג ציור מקנה לך את היכולת להעתיק מתמונה בהגדלה אל הדף.
לצבוע במגוון צבעים כגון :פנדה, גואש ,מים ואקוורל
ליצור גיוון של צבעים בציור, לצייר נופים ,חיות ועצמים וללמוד טכניקת רבות.
אז בוא ללמוד את הבסיס לציור להצמיח את הכישרונות שלך לעתיד מבטיח
וליהנות מאווירה נעימה וחמה.
מחכה לך... המורה מירית.

החוג מועבר ע "י מירית כורש בעלת תואר ראשון באמנות ותק 16 ש' בתחום

מחיר לחודש: 150 ש"ח עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח	מורה: מירית כורש 054-8466013

חוג ציור לכיתות ד'-ו'

חוג ציור משלב ידע והכרת טכניקת רבות לצד חוויה ואווירה נעימה
בו תלמד איך ליצור מעברי צבע בצבעי אקריליק, איך ליצור אשליה של עומק
ואיך להעתיק מתמונה ולהגדילה אל הקנבס .
אז בוא ללמוד ולחוות כאחד במקום מקצועי ומרווח
מחכה לך... המורה מירית.

החוג מועבר ע "י מירית כורש, בעלת תואר ראשון באמנות ותק 16 ש' בתחום

מחיר לחודש: 150 ש"ח **עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח**	**מורה: מירית כורש** **054-8466013**



מאסטר שף- חדש!!!

חלום של כל אמא להקנות לבנה כלים לחיים, שיכיר את המטבח ויתמצא בו.
הגיע העת להגשים חלום מאסטר שף יחשוף בפני בנך את סודות המטבח
שליטה בעשיית מתכונים מוצלחים שיעלו ניחוחות שבת בביתך.
הכרת סביבת העבודה במטבח וכללי הזהירות בו. הכנת מגוון של מטעמים
מאפים, סלטים, קינוחים וארוחות ערב קלילות ובנוסף כל תלמיד יוצא עם
קלסר מתכונים מעשה ידיו.

מחיר לחודש: 150 ש"ח **עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח**	**מורה: מיכל פנחסי 050-4112903** **אפרת ניסנוב 053-3169523**

אנגלית

חוגי אנגלית בשיטה מיוחדת, מעניינת ומאתגרת. שיטה קלה וחווייתית ללימוד אנגלית תוך זמן קצר. הקניית ידע ושיפור השפה, חיזוק הביטחון העצמי השיעורים מתקיימים בקבוצות קטנות ויחס אישי לכל תלמיד, קבוצות נפרדות למתחילים/ מתקדמים כללי ניקוד ודקדוק, דיבור, קריאה, כתיבה ואוצר מילים. חומר המותאם בתכנו לציבור החרדי/ דתי.

מחיר לחודש: 150 ש"ח
ערכת לימוד: יגבה תשלום נוסף

מורה: לוי צוברה
050-4140223



"צלילים"- בית ספר למוזיקה

מוזיקה או מוסיקה? שניהם נכונים!
יש את המוזיקה- שעלולה להזיק ויש מוסיקה- שגורמת לנסוק גבוה אל- על.
לא כולם מודעים לתועלת הקיימת במוזיקה, במוח שלנו קיימת פינה השייכת אך ורק למוזיקה, מעל 90% מהאנשים בעולם אינם מנצלים את היכולת שלהם כדי לנגן בכלי.
אין כל קשר בין ידע או אי הידע במתמטיקה, דקדוק או שפות לבין נגינה. אך, הנגינה משפרת את תפקודי המוח השונים, עוזרת בקשר עין יד, פותחת אפיקים חדשים ועוזרת בקידום בלימודים..
אבל מעל הכול, נגינה מרפאה את הנפש וזאת כל אחד יכול להרגיש מיד. נוסף לכך, היא עוזרת גם במצבים קשים יותר, וכשהנפש מבריאה הגוף מתחזק ומרפא את עצמו.
בית הספר למוסיקה פותח שנה שנייה- אחרי שנה של הצלחה ברוכה עם כמאה וחמישים תלמידים, אשר התמידו והגיעו לתוצאות מופלאות...
עם מורים מקצועיים מהשורה הראשונה, עם הבנה בנפש הילד לפי רמתו האישית
אז למה אתם מחכים? בואו ותנו לנשמה שלכם לעלות גבוה להשתמע...
הכותבת: ברוריה שושנה, רכזת בית ספר למוזיקה, בעלת תואר במוזיקה

החוג במחיר מסובסד

אורגנית, גיטרה, דרבוקה	כינור, קלרינט, פסנתר, תופים	מורה: ברוריה שושנה
6-8 תלמידות בקבוצה	2-4 תלמידות בקבוצה	054-8401091
מחיר לחודש: ~~190 ש"ח~~ 150 ש"ח	מחיר לחודש: ~~290 ש"ח~~ 250 ש"ח	
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח	הפקת סוף שנה: 100 ש"ח	



סימפוניה

תזמורת בנים מבית "צלילים"

יודעת לנגן? רוצה להתקדם?
לנגן יחד עם עוד כלים?
אם גם לך יש שאיפה להתקדם ולנגן בתזמורת בנות בלבד! בואי והתקדמי.
אצלנו ב"סמפוניה" תזמורת נשים/בנות מבית "צלילים" בית ספר למוזיקה , תגשימי חלום ותנגני על במות....
בהרמוניה ובמקצועיות. אז בואי, ונשתמע....

מחיר לחודש: ~~230 ש"ח~~ 180 ש"ח	מורה: ברוריה שושנה לקביעת אודישנים
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח	054-8401091



טריקינג- חדש!!!

למה טריקינג?
דבר המאמן: "טריקינג הוא ענף מאתגר ומהנה, במהלך השנה הילד ילמד מגוון רחב של תרגילים שיפתחו אצלו את הקואורדינציה ברמה גבוהה ביותר ומעבר לכך את היצירתיות וחשיבה מחוץ לקופסא.
טריקינג מפתח גמישות, כח מתפרץ וזריזות"
טריקינג: שילוב של אלמנטים מעולם האומניות לחימה ומעולם האקרובטיקה אם דגש על יצירתיות וגמישות

מחיר לחודש: 170 ש"ח
הפקת סוף שנה: 100 ש"ח

מורה: אלי כהן
054-8004532 (סיגל)

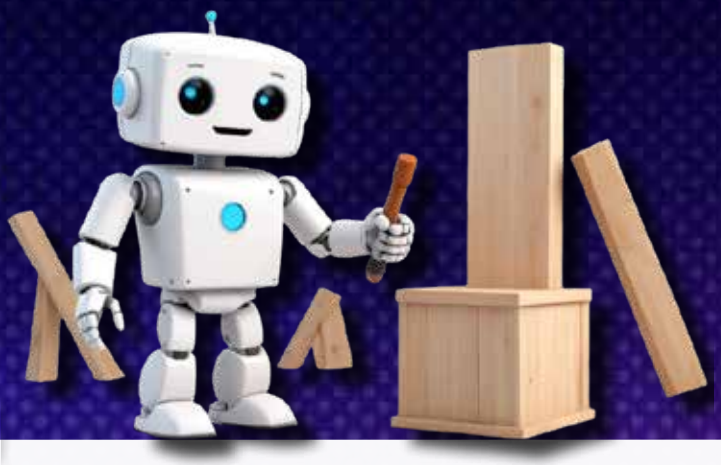
רכיבת אופניים אתגרית

הופכים אתגר לחוויה
לימוד ותרגול רכיבת אופניים מקצועית.
תרגול טכניקות רכיבה ושליטה באופניים.
רכיבה בטבע, באזורים הררים ושטחים פתוחים.
הילדים לומדים להתמודד עם קשיים פיסיים ומנטאליים.
החוג מועבר ע"י מדריכים מקצועיים ומוסמכים ע"י איגוד האופניים הישראלי.
במידת הצורך, ניתן לשכור אופניים מקצועיים לשעות הפעילות.

מחיר לחודש: 180 ש"ח
משך השיעור: 90 דקות

מורה: ליאור שרר
054-2493421





בונים ונהנים

חוגי אומנות בעץ -נגרות

בחוג בונים הילדים יצירות אומנות מעץ, בעזרת פטיש ,מסמרים
החוג מפתח את המוטוריקה הגסה והעדינה וכן יכולות חשיבה של
תכנון וביצוע, עיצוב ואסתטיקה
וכמובן שימת דגש על העצמה רגשית ובטחון עצמי

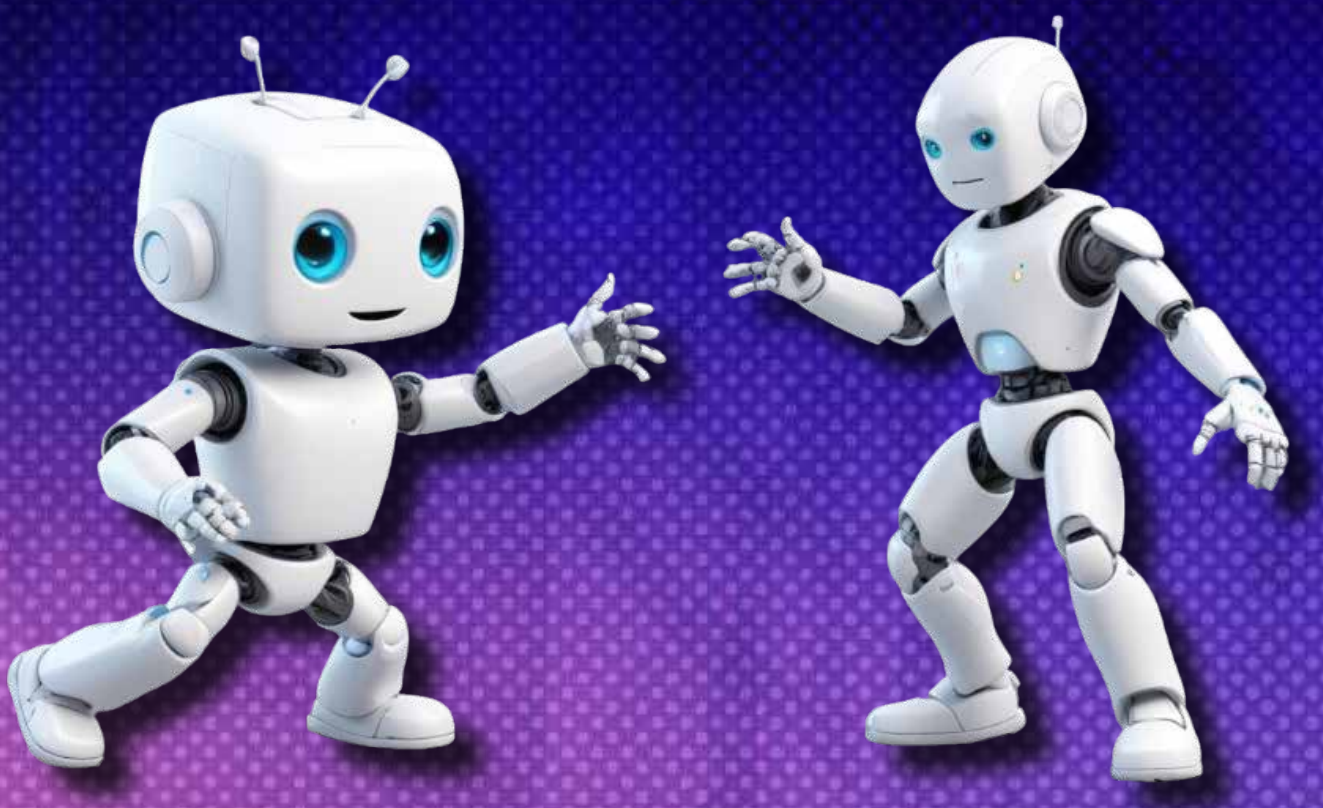
מחיר לחודש: 150 ש"ח עלות חומרים שנתית: 250 ש"ח	מורה: דוד יהב 058-3232533

חוג אלקטרוניקה

במסגרת הנלמד בחוג הילדים יכירו את המעגל החשמלי על
מרכיביו השונים. נלמד על סוגי הנורות, חומרים מבודדי/ מוליכי
חשמל, האנרגיה, ועוד נושאים רבים ומגוונים.
הילדים מתנסים בעצמם בהרכבת המעגל החשמלי תוך יצירת
צעצועים אלקטרוניים אשר דרגת מורכבותם משתנה בהתאם
ללמידה ולגיל החניכים.
חוג אלקטרוניקה שם דגש מיוחד על ביצוע הוראות פשוטות
ומורכבות, יישום בפועל של הנלמד בשיעור, פיתוח מיומנויות
מוטוריות הנדרשות במהלך הרכבת הערכות השונות, וכן על
פיתוח מיומנויות חברתיות



מחיר לחודש: 150 ש"ח עלות חומרים שנתית 300 ש"ח	מורה: דוד יהב 058-3232533



קפוארה

קפוארה היא אומנות לחימה המשלבת בתוכה ריקוד, מוזיקה ושירה.
עוזרת לשיפור הקשב והריכוז ומפתחת מוטוריקה עדינה.
אנחנו בקבוצת ABADA CAPOEIRA דואגים לפתח אצל הילד ביטוי אישי, ביטחון עצמי וחיזוק קשרים חברתיים. תוך עבודה על חיזוק השריר, גמישות, אקרובטיקה, קורדניאציה והגנה עצמית.
החוג מועבר ע"י אלחנן קירשברג – graduado macarrão מבית סטודיו אסאי
מדריך ותיק ומנוסה ובאווירה המותאמת לציבור שומרי תורה ומצוות.

מחיר לחודש: 150 ש"ח
תשלום ע"ס 100 ש"ח יגבה עבור טקס חלוקת חגורות

מורה: אלחנן קירשברג
050-2277184



לחימה משולבת

לחימה משולבת הינה שילוב של קראטה ואיגרוף תאילנדי
שיטה זו, נחשבת כשיטה המובילה בארץ בתחום אומנויות לחימה.
מתאמנים בלחימה משולבת רוכשים:
ביטחון עצמי, שליטה עצמית , משמעת, נחישות
יכולת הגנה עצמית והעצמה רגשית
מתאים לילדים מגיל 6 ומעלה.

מחיר לחודש: 220 ש"ח
שני אימונים בשבוע
תשלום ח"פ עבור ציוד יגבה ע"י המדריך

מורה: ברק קיסוס
053-5534768

ג'ודו עם דורון בר

בעל ניסיון רב שנים בתחום האימון והעבודה עם ילדים ובני נוער.
מורה מוסמך לחינוך מיוחד והתמחות בלקויות התנהגות ולמידה
מדריך מוסמך לג'ודו ולאומניות לחימה.

הג'ודו כמרחב טיפול
השיטה מאפשרת עבודה עם טווח רחב של ילדים, ומענה לכל מטרה, מהעצמה רגשית, התמודדות במצבי לחץ והעלאת בטחון עצמי, ועד לרמה תחרותית!

ג'ודו לילדים
הקניית ערכים, יכולות מוטוריות וקואורדינציה בשילוב משחקים והנאה, תוך הסתכלות ארוכת טווח להתפתחות הילד גופנית ומנטאלית כאחד.

ג'ודו מקצועי
אימונים המכוונים להישגים ספורטיביים, עם שימת דגש לערכי המקצוענות הספורטיביים, תזונה, כושר, חיזוק מנטלי, ריכוז, ועבודה עם אנשי מקצוע נלווים.
ומעל הכל יחס אישי לכל חניך!

מחיר לחודש: 220 ש"ח
שני אימונים בשבוע
ציוד: חליפת ג'ודו- תתקיים רכישה מרוכזת במחיר מסובסד

מורה: דורון בר
050-9666396



טאקוונדו- חדש!!!

אומנות לחימה קוריאנית המשלבת לימודי הגנה עצמית, התקפה ,תנועה וקואורדינציה. באימון ניתן דגש רב ביצירת אוירה מהנה וכיפית, העצמה לכל ילד וילד, התמודדות עם אתגרים, משמעת, חיזוק חגורת הכתפיים, העלאת הביטחון העצמי ודחיית סיפוקים . האימון מתאפיין בבעיטות גבוהות ומהירות, גמישות, קואורדינציה ,חיזוק השרירים ופיתוח מיומנויות חברתיות.
החוג מועבר ע"י דוד וליס בעל חגורה שחורה DAN 2
מדריך ותיק ומנוסה תושב העיר אלעד.

מחיר לחודש: 160 ש"ח
תשלום ע"ס 100 ש"ח יגבה עבור טקס חלוקת חגורות

מורה: דוד וליס
051-2581770



כדורגל

כדורגל הוא ענף הספורט הקבוצתי הפופולארי והנפוץ ביותר בעולם.
במשחק הכדורגל משתתפות שתי קבוצות, שמטרת כל אחת מהן היא הכנסת כדור המשחק לתוך שערה של השנייה.
כ 240 מיליון איש ברחבי העולם משחקים כדורגל באופן סדיר, בין אם באופן מקצועני ובין אם חובבני.
משחק הכדורגל המודרני המוכר כיום נוצר באנגליה.
מה בחוג?
שילוב של הנאה ולמידה.
עבודה על קואורדינציה, שליטה בכדור, יציבות ושיווי משקל, סיבולת לב ריאה, משחקים, בעיטות לשער ותרגול בעבודה קבוצתית.
פרגון, עידוד חיובי, והדדיות.

את האימונים מעבירים מאמנים בעלי ניסיון משחק מקצועי למעלה מ-20 שנים.

מחיר לחודש:
כיתות א-ג: 150 ש"ח | 45 דקות
כיתות ד-ח: 170 ש"ח | 60 דקות

מורה: שרון עובדיה
052-5560008 (שרון)



כדורסל בשיתוף עם בית"ר ירושלים

אנו שמחים לפתוח שנה נוספת את בית הספר לכדורסל במתנ"ס אלעד.
הפעילות תחל עם פתיחת שנת הלימודים ותתקיים במגרש הכדורסל
של בית הספר איילים

ערכים
בית הספר לכדורסל נועד בראש ובראשונה ליצר הנאה לילדים תוך כדי פעילות גופנית. במהלך הפעילות נשים דגש על הקניית ערכים כגון עבודת צוות, התמדה, נחישות, אמון ומצויינות.

מקצועיות
הדגשים המקצועיים בעבודה בבתי הספר לכדורסל הם לימוד יסודות הכדורסל, ושיפור היכולת האישית של כל שחקן ושחקן.

מחיר לחודש: 150 ש"ח	מורה: אסי טיכטל 050-2266166

"כאן הוא המקום בו
אנו מפתחים את
הכישרון שלנו **ומגלים**
את עצמנו מחדש"



"טאנץ"- בית הספר למחול של סיגל אלפסי

אוהבת לרקוד??
מחפשת שעה של שחרור לגוף ולנפש??
הגעת למקום הנכון!
ביה"ס למחול "טאנץ" הוקם ומנוהל ע"י סיגל אלפסי, מורה למחול, כוריאוגרפית ורקדנית בינ"ל כבר למעלה משלושים שנה. נלמדים בו מגוון סגנונות מחול במקצבים שונים מרחבי העולם. הבנות עובדות על גמישות, יציבה נכונה, שיפור הביטחון העצמי, ופיתוח קואורדינציה. בנוסף ישנו דגש על פיתוח הכושר הגופני, חיזוק שרירים, סיבולת לב ריאה ועוד.

אירובי לטיני
שילוב של מגוון ריקודים לטיניים, תוך פעילות גופנית ושריפת שומנים.

סלסה
ריקוד אפרו לטיני שהתפתח בקובה. הסלסה מפתחת גמישות וקואורדינציה יחד עם יכולת עבודה בזוגות/ קבוצה.

היפ הופ לנשים
ריקוד קצבי ומהנה המפתח את הזריזות, הקואורדינציה, הקצב והגמישות.

עיצוב, מתיחות וגמישות
שריפת שומנים, עיצוב וחיטוב הגוף, חיזוק שרירים, פיתוח גמישות ועוד.

TRX
אימוני רצועות בעלי מגוון תרגילים המבוצעים כנגד משקל הגוף.

מחיר לחודש: אימון בשבוע - 170 ש"ח
מחיר לחודש: שני אימונים בשבוע - 220 ש"ח
מחיר חופשי חודשי - 270 ש"ח

מורה: סיגל אלפסי
054-8004532

רצועת נשים- פעילות גופנית לנשים

איזה שיעור שתבחרי! מתי שתרצי! כל השבוע בוקר וערב (כולל שישי ומוצ"ש)

אירובי דאנס
פעילות גופנית המגבירה את קצב הלב ומעלה את צריכת החמצן בגוף. מועילה לשיפור סיבולת לב-ריאה, שריפת שומנים ושיפור הכושר הגופני.

פילאטיס
שיפור יציבה, כוח וגמישות. עבודה על השרירים הפנימיים.

יוגה
פעילות גופנית המשלבת בין גוף ונשמה. ביוגה אנחנו משפרים את יכולת הריכוז (מדיטציה), גמישות הגוף, חיזוק השרירים הפנימיים, קואורדינציה ויציבה נכונה. היוגה גם משפרת פעילות הלב- ריאה.

עיצוב וחיטוב
שריפת שומנים, שיפור סיבולת לב-ריאה, כוח מתפרץ. עיצוב וחיטוב הגוף.

דאנס יהודי סוחף
בואי לרקוד ולהשתחרר, לשרוף שומנים, להעלות דופק ולשפר סיבולת לב ריאה עם מגוון ריקודים לצלילי מוזיקה יהודית קצבית. הנאה מובטחת

ביילה
אימון בשיטת BAYLA מתבסס על לימוד ריקודים ממגוון סגנונות: (ג'אז, לטיני, היפ-הופ, חסידי, קלאסי וכו') בשילוב עבודת קורדינאציה, סיבולת לב-ריאה, שריפת שומנים, יציבה, גמישות חיזוק שרירי הליבה והשרירים בכלל. אימון שמתאים לכל הגילאים ולכל הרמות. בליווי מוזיקה יהודית ממגוון סגנונות. הנשמה של האימון היא

שיטת אימון אפקטיבית וכיפית במיוחד!

מחיר לחודש: אימון בשבוע- 170 ש"ח
מחיר חופשי חודשי: 250 ש"ח

מדריכות: ליאת כהן, תמר שמעא, רוחמה נדב, הדס סוויסה, חגית בן ארויה, זהבי דויטש.



ג'ולי דאוד- אימוני כושר

אימוני משקולות

פעילות *אנאירובית פיתוח כח ושרירים חשוב לנו על מנת לשמור על מסת השריר בתהליך ירידה במשקל והבאה לירידה איכותית במשקל, ולא לירידה כמותית בלבד תוך איבוד מסת גוף רזה. אימוני כח מסייעים לשמירה על יציבה נכונה של הגוף, חוזק הגוף, האטת הידלדלות עצמות הגוף ועוד. המטרה היא לשפר את כל קבוצות שרירי הגוף בצורה מאוזנת וטובה, לטובת תפקודו הרציף הטוב של גופנו.

אימון רצועות TRX

שיטת אימון הכוללת שימוש ברצועות מיוחדות שעליהן מתבסס האימון כולו. אימוני רצועות כוללים מגוון רחב מאד של תרגילים המבוצעים כנגד משקל הגוף. התרגילים כוללים עבודה על קב' שרירים שונות, פיתוח סיבולת שרירית, כח מתפרץ, קואורדינציה, גמישות, סיבולת לב-ריאה, שיווי משקל וכו.

מתיחות - גמישות ויציבה

אימון גופני, דינאמי וסטטי, העובד על כל שרירי הגוף תוך שיפור התפקוד היומיומי של הגוף תוך עבודה על שימור ושיפור גמישות, טווחי התנועה, תנועות מפרקים, שיווי משקל ויציבה נכונה חיזוק שרירי הליבה, רצפת האגן, חגורת כתפיים ועוד.

קיקבוקס

פעילות *אירובית אימון אנרגטי, המשלב יסודות מעולם אומנויות הלחימה ומעולם הכושר הגופני, העובד על כל שרירי הגוף תוך שיפור כח, יציבה, שיווי משקל, זיכרון, קואורדינציה מוטורית, התמצאות במרחב, מהירות, זריזות וסיבולת לב ריאה, טווחי תנועה וגמישות.

HIIT

***פעילות אירובית** מגוון אימונים בעצימות גבוהה תוך שילוב הפוגות קצרות של התאוששות עבודה על סוגי השרירים השונים כאשר בדרך כלל בכל אימון ישולבו מספר מערכות שרירים. האימון כולל ,אביזרי אימון שונים כגון משקולות אימוני משקל גוף ,כדורי כוח, רצועות אימון ועוד.

***פעילות אירובית**- יכולתם של הלב והריאות לספק חמצן לגוף בזמן פעילות מאומצת. מסייעת בשיפור מערכות הלב וכלי הדם, הנשימה והשרירים. הפעלת קבוצות שרירים גדולות בעצימות מתאימה, למשך זמן ארוך יחסית, מה שמצריך שימוש משמעותי במערכות הלב, כלי הדם והנשימה לשם אספקת אנרגיה. מסייעת למניעת מחלות ולירידה במשקל.

***פעילות אנאירובית**- יכולת השריר לפעול, או להישאר במצב סטטי, תוך ההתנגדות. מיועדת לחיזוק השריר ומפעילה קבוצות שרירים גדולות כקטנות, בעצימות בינונית עד גבוהה מאוד למשך זמן קצר יחסית ותוך שימוש משמעותי באספקת אנרגיה ממאגרים תוך-תאיים בשריר, תוך הפעלת עומס כנגד פעולת שרירי הגוף. מסייעת למניעת מחלות ולירידה במשקל.

- בוגרת קורס מדריכי חדר כושר, מדריכי רצועות ואימוני קטינים ונוער מטעם וינגייט
- בוגרת קורס מדריכי קיקבוקס מטעם הפדרציה הישראלית
- בוגרת קורס מדריכי מתיחות מטעם ביה"ס של ניסים זוארץ
- בוגרת קורס מדריכי ספינינג מטעם דיוויד רודריגז

"ההצלחה שלך היא תוצר של מטרה ברורה, תהליך הדרגתי והתמדה".

מחיר חופשי חודשי לחודש: 395 ש"ח
שיעור ניסיון: 50 ש"ח
***לא תינתן הנחת רישום מוקדם במנוי זה**

מורה: ג'ולי דאוד-מאמנת כושר אישית וקבוצתית.
054-2501985

קורס יסודות הצילום

מזה בעצם צילום?
פוטו=אור | גרפיה=רישום
Photography = רישום בעזרת אור
צילום זה אומנות! מוזמנת לחקור את עולם הצילום לעומק בעזרת מצגות והרבה פרקטיקה

<u>מה תקבלי בקורס:</u>
- כלים בסיסיים שחובה לדעת בעולם הצילום.
- טכניקות צילום שונות, קומפוזיציה, חשיפה נכונה, עומק שדה, צילומי תנועה ועוד..
- כל מה שצריך לדעת בצילומי חוץ ופנים.
- נלמד את הגישה לעולמם של הילדים, טיפים וטכניקות לצילומי תינוקות.
- חוברות סיכום ממוקדות, קצר וקולע.
- שיעורים עם מצגות (בלעדיות) מונפשות בצורה ברורה ומובנת.
- בקורס נשלב למידה עיונית - תפעול המצלמה, פרמטרים וכ"ו..
- ולמידה מעשית - נצא לשטח עם המצלמות.
- איך להתקדם צעד אחד קדימה ולהתחיל לעבוד בזה (למי שמעוניינת)

<u>למי מתאים הקורס?</u>
- לבעלת מצלמה שרוצה לדעת לתפעל את המצלמה שלה ב100%.
- לצלמת מתחילה שרוצה לדעת את הכל הסודות של המקצוענים.
- למי שחולמת להיכנס לעולם הצילום בעתיד הקרוב / הרחוק.
- לכל מי שפשוט אוהבת לצלם כל דבר ורוצה לדעת לעשות את זה נכון.
- לכל מי שמעוניינת לקחת את התחביב שלה עוד צעד אחד קדימה ולהתמקצע.
- למי שרוצה לדעת לייצר בעצמה זכרונות כמו של צלמת מקצועית.

אם את בקטגוריות האלה - זה בדיוק עבורך!!!

מחיר 1,500 ש"ח | 10 מפגשים
זמן שיעור: שעה וחצי
תערוכת סוף קורס: 100 ש"ח

מורה: מיכל פנחסי
050-4112903





ריקודי עם

לנשים ולנערות באלעד
ספורט עממי לגוף ולנפש!
עכשווי וגם נוסטלגי, הורות, קלאסיקות, דבקות.
רפרטואר עשיר ומגוון !!
לימוד יסודי וסבלני.
תורם ל: שיפור קואורדינציה, שיפור זיכרון, חוש קצב וכושר,
העצמה נשית ואישית! ובעיקר הנאה מרובה!
אין צורך בידע קודם – מתאים לכולן.

בימי שני 20:00-23:00
מחיר: קופה פתוחה 35 ש"ח
לכניסה חד פעמית

מורה: לימור גידה
050-6792488

מעסק - למותג | סדנה לנשות עסקים

המעטפת שתקפיץ את הוויזואליות של העסק שלך
צילום נכון, עריכה מקצועית מהנייד, עיצוב ומיתוג עסקי

תכלס מה את הולכת ללמוד?
- צילום מקצועי דרך הנייד.
- זוויות צילום מעניינות, תאורה נכונה, אחיזה נכונה, פוקוס וטשטושים..
- טיפים לצילום אומנותי וחשיבה יצירתית
- עריכת ועיבוד תמונות דרך אפליקציות מיוחדות.
- יצירת סרטונים עם אפקטים וכיתובים מהנייד.
- תחשפי לרשימת אפליקציות שחובה שיהיו לך לעסק.
- פיצוח קופירייטינג אישי "את המותג"
- טיפים למיתוג עסקי בקלות דרך הנייד

אחרי הקורס הזה העסק שלך יראה הרבה יותר ממותג ומקצועי!
- את תייצרי תוכן של אלופות.
- עם תמונות וסרטונים חזקים תוכלי למגנט אליך עוד לקוחות משלמים.
- תקבלי טיפים מקצועיים מצלמת ומעצבת השילוב המושלם לתוכן ברמה.
- תכירי נשות עסקים אחרות ועוד הרבה..

מרצה: מיכל פנחסי עוסקת באומנות חזותית - צלמת מקצועית, ומעצבת גרפית כבר כמה שנים בתחום (קופירייטרית) ממתגת לא מעט חברות ועסקים גדולים וגם מתחילים (כנ"ל החוברת חוגים הזאת שאת קוראת ממש עכשיו)

מורה: מיכל פנחסי
050-4112903

מספר מפגשים: 3 אורך מפגש: שעתיים





"ארט סטודיו" - בית לאומנויות

"ארט סטודיו" הינו הוא סטודיו ללימודי עיצוב, אמנות ותפירה. הסטודיו הוקם ע"י מעצבת אופנה בוגרת "שנקר" והוא מקיים מגוון רב של קורסים, חוגים וסדנאות בתחומים אלו. התכנים הנלמדים נבחרים בקפידה ומועברים בצורה מקצועית ע"י צוות מקצועי מיומן ועתיר ניסיון.
בוגרות הסטודיו רוכשות ידע, מיומנויות ופרקטיקה מעשית בתחום, אשר משמש אותן בדרך להצלחה בתחום בו למדו. הלימודים הם לידע אישי או מקצועי בהתאמה למגזר החרדי/דתי. תעודות ניתנות למסיימות.

מגוון קורסים להכשרה מקצועית בתחומי העיצוב התפירה והתדמיתנות בהתאמה למתחילות ולמתקדמות.

מורות: טלי לוסטיג, אורית דוכאן, שרה גאון
073-7529202

תפירה וגיזרה
היקף הקורס: 39 שעות. 13 מפגשים בני 3 שעות. בשעות הבוקר/ אחר הצהרים/ ערב.
התוכן הלימודי: הקניית ידע מקצועי בתפירה ופיתוח גזרות (תדמיתנות).
פיתוח גזרות ותפירת פרטי לבוש בפועל. בין הנושאים הנלמדים: חצאיות, חולצות, שמלות ובגדי ילדים.

טכניקות תפירה
היקף הקורס: 21 שעות. 7 מפגשים בני 3 שעות בשעות הבוקר/ אחה"צ / ערב
טכניקות תפירה של כיסים, רוכסנים, עיבודים צווארונים ועוד, על מנת לרכוש מיומנות ויכולת טכנית גבוהה בתפירה.

תדמיתנות
היקף הקורס: 36 שעות. 12 מפגשים בני 3 שעות. בשעות הבוקר/ ערב.
התוכן הלימודי: הקניית יסודות של שיטות וטכניקות בפיתוח גזרות.
בין הנושאים הנלמדים: חצאיות, חולצות, שמלות. פיתוחים של צווארונים, שרוולים, כיווצים, קפלים, כיסים ועוד.
הלימודים עפ"י שיטת מילר.

עיצוב שמלות כלה וערב
היקף הקורס: 87.5 שעות. 25 מפגשים בני 3.5 שעות. בשעות הבוקר/ ערב.
התוכן הלימודי: הקניית ידע מקצועי בפיתוח גזרות ותפירה של שמלות כלה ושמלות ערב, כולל טכניקות של תפירת מחוכים. בקורס יושם דגש על הפאן העיצובי והאופנתי.
עבודת גמר: עיצוב קולקציה של שמלות כלה או ערב לבחירה. עבודה על תהליכי עיצוב: השראה, קהל היעד, חומרים, ציור הקולקציה ותפירת 2-1 דגמים נבחרים מתוך הקולקציה.
השתתפות בקורס מצריכה ידע קודם בתפירה.

עיצוב מטפחות וכובעים
היקף הקורס: 27 שעות. 12 מפגשים בני 2.25 שעות. בשעות הבוקר/ אחר הצהרים/ ערב.
קורס מקצועי המקיף את תחום העיצוב והתפירה של כיסויי הראש. הקורס עוסק בפן הטכני של גזרות וטכניקות תפירה של סוגים שונים של מטפחות וכובעים. בפן העיצובי ילמדו תהליכי עיצוב ובניית קולקציה.
עבודת גמר: הגשת מיני קולקציה מעוצבת של מטפחות וכובעים.

קולקציה אישית
היקף הקורס: 27 שעות. 12 מפגשים בני 2.25 שעות. בשעות הבוקר/ אחר הצהרים/ ערב.
קורס תפירה למתקדמות בו כל תלמידה מעצבת, מפתחת גיזרה ותופרת קולקציה עפ"י סגנונה האישי.

קורס תיקונים
היקף הקורס: 15.75 שעות. 7מפגשים בני 2.25 שעות בשעות הבוקר/ מאחה"צ / ערב
בקורס נלמד לבצע תיקונים שכיחים בפרטי לבוש. מכפלות, הצרות, רוכסנים ועוד. חוסך הוצאות כספיות ומתבקש בכל בית. אין צורך בידע קודם.

"כל רגע הוא הזדמנות
לגדול ולהתפתח"

חוגי אבריים



קפוארה

קפוארה היא אומנות לחימה המשלבת בתוכה ריקוד, מוזיקה ושירה. עוזרת לשיפור הקשב והריכוז ומפתחת מוטוריקה עדינה. אנחנו בקבוצת ABADA CAPOEIRA דואגים לפתח אצל הילד ביטוי אישי, ביטחון עצמי וחיזוק קשרים חברתיים. תוך עבודה על חיזוק השריר, גמישות, אקרובטיקה, קורדניאציה והגנה עצמית.

החוג מועבר ע"י אלחנן קירשברג – graduado macarrão מבית סטודיו אסאי, מדריך ותיק ומנוסה ובאווירה המותאמת לציבור שומרי תורה ומצוות.

מחיר לחודש: 180 ש"ח
תשלום ע"ס 100 ש"ח יגבה עבור טקס חלוקת חגורות

מורה: אלחנן קירשברג
050-2277184

לחימה משולבת

לחימה משולבת הינה שילוב של קראטה ואיגרוף תאילנדי שיטה זו, נחשבת כשיטה המובילה בארץ בתחום אומנויות לחימה.
מתאמנים בלחימה משולבת רוכשים:
ביטחון עצמי, שליטה עצמית , משמעת, נחישות
יכולת הגנה עצמית והעצמה רגשית

מחיר לחודש לגילאי 15+: 240 ש"ח
שני אימונים בשבוע | 75 דק'
תשלום ח"פ עבור ציוד יגבה ע"י המדריך

מורה: ברק קיסוס
053-5534768

אימוני כושר

רצית להתאמן, להתחזק פיזית אבל הזמן הוא המשאב היקר ביותר שלך?
תמיד אמרת מחר? תפסיק לדחות הגיע הזמן!
תכיר - HIIT הלהיט שכובש את העולם, אימוני אינטרוולים בעצימות גבוהה
מה זה אומר בעצם?
אימון בו יש הפוגות קצרות של מנוחה ובזמן העבודה, נעבוד! האימון קצר וההשפעה שלו מרובה. העבודה מתחלקת בין סוגי השרירים השונים, כאשר בכל אימון ישולבו מספר מערכות שרירים, למשל: בעת התרגול נבצע חזרה על תרגיל מסוים למשל סקוואט, או ספרינט במקום, ניתן לגופינו זמן מנוחה קצרצרה ונעבור לתרגיל הבא!
האימונים הוכיחו יעילות רבה, הם משפיעים על גופינו אף בזמן – צריכת הקלוריות ושימוש במאגרי השומן עולים, שווה להגיע, מקסימום תרוויח.
מתאים לגילאי 14 ומעלה

אתם מוכנים? בואו תתחייבו ותיהנו מההבדל!

מחיר לחודש: 220 ש"ח
לשני אימונים בשבוע

מורה: שריה שמחי
050-6569726



טאקוונדו- חדש!!!

טאיקוונדו היא אומנות לחימה קוריאנית המשלבת לימודי הגנה עצמית, התקפה ,תנועה וקואורדינציה.
האימון מתאפיין בבעיטות גבוהות ומהירות, גמישות קואורדינציה ,חיזוק השרירים סיבולת לב-ריאה, הגנה עצמית.
החוג מועבר ע"י דוד וליס בעל חגורה שחורה DAN 2 מדריך ותיק ומנוסה, תושב העיר אלעד.

מחיר לחודש: 160 ש"ח
תשלום ע"ס 100 ש"ח יגבה עבור טקס חלוקת חגורות

מורה: דוד וליס
051-2581770

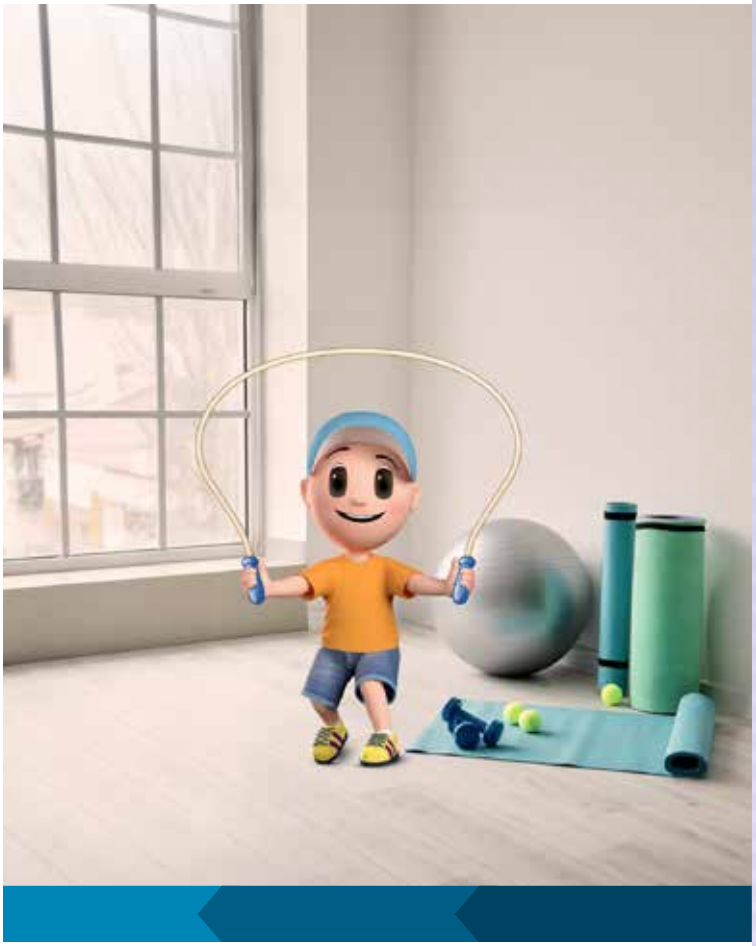
אנגלית

חוגי אנגלית בשיטה מיוחדת, מעניינת ומאתגרת. שיטה קלה וחווייתית ללימוד אנגלית תוך זמן קצר. הקניית ידע ושיפור השפה, חיזוק הביטחון העצמי השיעורים מתקיימים בקבוצות קטנות ויחס אישי לכל תלמיד קבוצות נפרדות למתחילים/ מתקדמים כללי ניקוד ודקדוק, דיבור, קריאה, כתיבה ואוצר מילים.
חומר המותאם בתכנו לציבור החרדי/ דתי



מחיר: 150 ש"ח
ערכת לימוד: יגבה תשלום נוסף

מורה: לוי צוברה
050-4140223





מכירים אותך מקרוב

לקוחות כללית מושלם, במיוחד בשבילכם מגוון סדנאות
לקידום אורח חיים בריא **בהשתתפות עצמית נמוכה**

הסדנאות יתקיימו במתנ"ס אלעד רח' רבי חייא 9

לקבלת שובר השתתפות בפעילויות פנו למרפאה הקרובה אליכם

עושים הכל שרק תהיו בריאים, **בטוח זה כללית**

כללית

בכפוף לתקנון כללית מושלם

*2700



מחפשת ללמוד ולהתקדם?
בלהבה זה משתלם!

קורסים מקצועיים לבחירה

קורס חוויתי ומקצועי לעריכת וידיאו בתוכנת פרימייר.

עריכת סרטונים מהבסיס עד לעריכה מקצועית בשילוב טכניקות מתקדמות: מסך ירוק, סאונד, תיקוני
צבע ועוד ליצירת קליפים, סרטי עלילה , בת מצוות והפקות

מחיר לחודש: 150 ש"ח
משך הקורס: 4 חודשים | משך כל מפגש: שעתיים
המורה: מיכל סטפנסקי

קורס אפטר אפקט

רוב הפתיחים והאפקטים בקליפים אותם אנו רואים , נוצרו בתוכנת אפטר אפקט,
תוכנת הקומפוזיציה והאפקטים לוידאו הנפוצה בעולם. בקורס תוכלי
גם את לשלב קטעי וידאו עם אלמנטים גרפיים, אנימציה, צבע, מלל
ותלת מימד ולקחת את הסירטון שלך צעד אחד קדימה!
הקורס, מיועד לעורכות וידיאו, מעצבות גרפיות, מעצבות אתרים,
מעצבות תלת מימד המעוניינות להשתלב בעולם הפרסום
משחקי טקסט | הנפשות ואפקטים | שיטות שילוב מסכות | אנימציה וקוד
עקיבה ,תמפלטים | תלת מימד בסיסי

עלות לחודש: 200 ש"ח
משך הקורס: 4 חודשים | משך כל מפגש: שלוש שעות
המורה: מיכל סטפנסקי

קורס צילום

קורס צילום מקיף מקצועי ואומנותי .
צילומי חוץ וסטודיו, סטיילינג, תאורה, ניו בורן, חלאקה, סמאש, בת מצווה וצילומי משפחה.
כל הכלים והטיפים לצילום מקצועי !

עלות לחודש: 250 ש"ח
משך הקורס: 4 חודשים | משך כל מפגש: שעתיים וחצי
המורה והצלמת : שרה צוקר

קורס פוטושופ ועיבוד תמונה

קורס מקצועי ומקיף לעיבוד תמונה מקצועי מהגלם עד לקסם, כל הכלים שיהפכו את התמונות שלכם
מתמונה רגילה לתמונה קסומה וממגנטת שמספרת סיפור.

עלות לחודש: 150 ש"ח
משך הקורס: 4 חודשים | משך כל מפגש: שעה וחצי
המורה והצלמת : שרה צוקר

קורס עיצוב גרפי

קורס עיצוב גרפי ייחודי וחוויתי
ללימוד תוכנות גרפיות: פוטושופ ואילוסטרייטור
בשילוב יצירת תוצרים בחיתוך לייזר והדפסות מגוונות.

עלות לחודש: 200 ש"ח | עלות חומרים חד פעמית 150 ₪
משך הקורס: 4 חודשים | משך כל מפגש: שעתיים וחצי
המורה: חגית אוזן

קורס יצירתיות בעיצוב

בקורס נתמקד בהעשרת ידע ויכולות בתחום העיצוב, מעבר ליכולות הבסיס של גרפיקאית. נכיר לעומק את תהליך העיצוב ונלמד מגוון נושאים כמו קומפוזיציה צבע טיפוגרפיה טרנדים ועוד..

עלות לחודש: 150 ש"ח
משך הקורס: 4 חודשים | משך כל מפגש: שעתיים וחצי
המורה: חגית אוזן

חדש קורס הפקת סרט

קורס שיעניק לכם את כל הדרוש לסרט המושלם החל ממשחק , צילום וידאו אומנותי ועד לעריכה ברמה גובהה , הקורס ישלב מספר מורות נבחרות בתחום ויכלול הוצאת סרט סיום הקורס ע"י תלמידות הקורס בליווי מקצועי.

לפרטים על הקורסים: 03-5407219



לוח חופשות

ראש השנה	כט' אלול- ב' תשרי	02-04/10/2024	
יום כיפור	ט'-י' תשרי	11-12/10/2024	
סוכות ושמחת תורה	יד'- כב' תשרי	16-24/10/2024	
פורים	יג'-טו' אדר	13-15/03/2025	
פסח	יג'- כב' ניסן	11-20/04/2025	
ערב יום השואה	כה' ניסן	23/04/2025	הפסקת הפעילות בשעה 19:00
ערב יום הזיכרון	א' אייר	29/04/2025	הפסקת הפעילות בשעה 19:00
יום העצמאות	ב'-ג' אייר	30/04-01/05/2025	
ערב ל"ג בעומר	יז' אייר	15/05/2025	הפסקת הפעילות בשעה 19:00
שבועות	ה'-ו' סיוון	01-02/06/2025	
ט' באב	ח'- ט' אב	02-03/08/2025	

מרכז קהילתי אלעד
הבית לכל המשפחה

מועדי הרישום
כ"ו תמוז עד כ"ו אב (01-30/08/2024)

הנחת רישום מוקדם 10%
לנרשמים עד לתאריך (30/08/2024)

שעות קבלת קהל ומענה אנושי בימי הרישום
ימים ראשון עד חמישי: 09:00-21:00 | יום שישי: 09:00-11:00

כתובת: רבי חייא 9, אלעד
טלפון: 03-6026446

עיצוב: מיכל פנחסי | 050-4112903