תוכנית לימודים קיץ 2026 - קורס מדריכי ג'ודו - אופקים

רכז הקורס: אבי אגר

	תאריך	יום	שעות	סוג מפגש	נושא השיעור
1	2.12	ד	16:00-16:30	זום	שיחת פתיחה
2			17:00-20:00	זום	רפואת ספורט (אנטומיה, פיזיולוגיה)
3	6.12	א	17:00-21:00	זום	רפואת ספורט (אנטומיה, פיזיולוגיה)
4	9.12	ד	17:00-20:00	זום	רפואת ספורט (תזונה)
5	13.12	א	17:00-20:00	זום	פסיכולוגיה
6	16.12	ד	17:00-20:00	זום	פסיכולוגיה
7	20.12	א	17:00-20:00	זום	פסיכולוגיה
8	23.12	ד	17:00-21:00	זום	תורת האימון
9	25.12	ו	09:00-13:00	זום	תורת האימון
10	27.12	א	17:00-21:00	זום	תורת האימון
11	3.1	א	17:00-21:00	זום	תורת האימון
12	8.1	ו	08:00-11:00	**כיתה / אולם**	תורת אימון מעשי + מבחן
			11:00-13:30		עזרה ראשונה (לימודים מקוונים עצמאית שבוע מראש)
13	16.1	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
14	20.1	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
15	27.7	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
16	3.2	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
17	10.2	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
18	17.2	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
19	24.2	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
20	3.3	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
21	10.3	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
22	17.3	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
23	31.3	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
24	7.4	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
25	14.4	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
26	5.5	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
27	19.5	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
29	26.5	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
30	2.6	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
31	9.6	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
32	16.6	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
33	23.6	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
34	30.6	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
35	7.7	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
36	14.7	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
37	21.7	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
38	28.7	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
39	4.8	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
40	11.8	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
41	18.8	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
42	25.8	ד	16:00-21:00	כיתה / אולם	תורת ענף הג'ודו
5 מפגשים - יקבעו תאריכים בהמשך				כיתה / אולם	לימודי מדריך מומחה לספורטאים עם צרכים מיוחדים

**ייתכנו שינויים בלו"ז