

עתידי

תוכנית לימודים קורס מדריכות פילאטיס מזרן

חורף 2023-2024

רכזת הקורס: מירב בוטלי

תוכן השיעור	מקום	שעות	יום	תאריך	סדר
שיחת פתיחה + תורת הענף 1	תמרת	09:00-13:00	ו	3.11	1
תורת הענף 2	תמרת	09:00-13:00	ו	10.11	2
רפואת ספורט (תזונה)	זום	17:00-20:00	ג	13.11	3
תורת הענף 3	תמרת	09:00-13:00	ו	17.11	4
רפואת ספורט	זום	17:00-21:00	ב	20.11	5
תורת הענף 4	תמרת	09:00-13:00	ו	24.11	6
רפואת ספורט	זום	17:00-21:00	ב	27.11	7
<b>תורת הענף 5 + מבחן רפואת ספורט</b>	תמרת	09:00-13:00	ו	1.12	8
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:00	ב	4.12	9
תורת הענף 6	תמרת	09:00-13:00	ו	8.12	10
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:00	ב	11.12	11
תורת הענף 7	תמרת	09:00-13:00	ו	15.12	12
פסיכולוגיה	זום	17:00-20:00	ב	18.12	13
<b>תורת הענף 8 + מבחן פסיכולוגיה</b>	תמרת	09:00-13:00	ו	22.12	14
תורת האימון	זום	17:00-20:00	ב	25.12	15
תורת האימון	זום	17:00-20:00	ד	27.12	16
תורת הענף 9	תמרת	09:00-13:00	ו	29.12	17
תורת האימון	זום	17:00-20:00	ב	1.1	18
תורת האימון	זום	17:00-20:00	ד	3.1	19
<b>תורת הענף 10 + מבחן בתורת האימון</b>	תמרת	09:00-13:00	ו	5.1	20
תורת הענף 11	תמרת	09:00-13:00	ו	12.1	21
תורת הענף 12	תמרת	09:00-13:00	ו	19.1	22
עזרה ראשונה	נהלל	17:00-21:00	ו	26.1	23
תורת הענף 14	תמרת	09:00-13:00	ו	2.2	24
תורת הענף 15	תמרת	09:00-13:00	ו	9.2	25
תורת הענף 16	תמרת	09:00-13:00	ו	16.2	26
תורת הענף 17	תמרת	09:00-13:00	ו	23.2	27
תורת הענף 18	תמרת	09:00-13:00	ו	1.3	28
התנסות סטאג' בקבוצות – חלק א	תמרת	09:00-13:00	ו	8.3	29
התנסות סטאג' בקבוצות – חלק ב	תמרת	09:00-13:00	ו	15.3	30
מבחני סיום תורת הענף עיוני ומעשי	תמרת	09:00-13:00	ו	29.3	31
מבחני סיום תורת הענף מעשי חלק ב	תמרת	09:00-13:00	ו	5.4	32
טקס סיום	ק.מוצקין	ייקבע בהמשך			

\*\* ייתכנו שינויים בל"ז