

אירועי ינואר 2019

רביעי
תרבותי



23.1



9.1

הרצאה:
להצלחה

באפיייה ביתית

בהרצאה נדבר על כל מה שלא כותבים לנו במתכון.

המטרה היא לתת הכוונה להצלחה ביתית, מתוך הבנה. בהרצאה ינתנו הסברים וכללי זהב לעבודה נכונה בעולם הקונדיטוריה הביתית.

מרצה: טלי קינן - מחברת הספר "בדרך אל האוכל"

אולם הברידיג' | 20:00

הרצאה:

יש לי כינור

הרצאה וקונצרט מוסבר

חיה לבני מקרבת את קהל מאזיניה אל

הכינור, מלך כלי המיתר, באמצעות מגוון מוזיקלי עשיר; מוזיקה קלאסית, מוזיקה עממית, מוזיקת נשמה יהודית וישראלית. היא מלווה את הגנינה בדברי קישור והסברים.

מרצה: חיה לבני

אולם ברידיג' | 20:00

12.1 < שבת

הצגה:

חגיגה באמבטיה



בתיא היא ילדה שלא אוהבת אמבטיה. בוקר חדש הגיע, ובתיא בשמחה לגן הגיעה. מבקשת לשחק עם הילדים אך כולם לה לועגים. בתיא נעלבה מהילדים מאוד, אך האם היא תחליט להשתנות? הצגה מקסימה בנושא "ניקיון הגוף והיגיינה אישית".

אולם אמריקה | 12:00

14.1 < שני

שירה בציבור עם עוזי רוזנבלאט

אולם ברידיג' | 20:00



26.1 < שבת

מועדון הילדים מארח

את **רופש והגיטרה**

שעה מוסיקלית מצחיקה

ואיכותית עם רופש

והגיטרה.

מחרוזת שירי ילדים מכל

הזמנים לכל המשפחה

ופעילות היחולית

בהשתתפות הילדים.

אולם אמריקה | 12:00

טיפול בספא קלאב בעלות של 149 ש"ח בלבד!

ניתן להנות משפע טיפולים:

עיסוי שבדי, שיאצו, עיסוי

ספורטאים, עיסוי רפואי,

רפלקסולוגיה ועוד...

* 45 דקות לטיפול

* תוספת 30 שקלים בשבת ובחגים

הזמנות דרך הטלפון בלבד:
053-8251773

חבצת
לחברים
בלבד

Time out
ספא - spa

חגיגת

טו בשבת

ניווט אילנות
למשפחות

דוכני מזון
ומכירות

סחיטת
תפוזים

סדנאות יצירה
ברוח החג

יש להביא לפעילות
בבוקר חצי ליטר ריק

רכיבה על סוסי פוני

19.1

שבת
10:00-14:00
בדשא המרכזי





ספורט וחוגים

עדכוני החוגים
ניתן לראות את כל העדכונים
באתר שלנו
www.sport.kmc.co.il

אתם כבר מעודכנים?



פעם בחודש אנחנו שולחים דיוור למייל שלכם עם עדכונים חשובים, תמונות מאירועים ומבצעים. לא רשומים לדיוור שלנו? מוזמנים להשאיר שם מלא + כתובת מייל לואטסאפ שלנו: [053-2571746](https://www.whatsapp.com/channel/0029911111111111111)

עיצוב סבב שבת				
אולם ושעה	5.1	12.1	19.1	26.1
אמריקה < 8:30	מיכל	ענת שרון	מיכל	לאה זיו
יערה < 9:30	לאה זיו	לאה זיו	הילה	אורלי
אמריקה < 10:00	חלי	ענת שרון	לאה זיו	חלי
רימון < 10:00	מיכל	הילה	מיכל	הילה

אירובי פילאטיס	
סטודיו אמריקה	בת שבע שלישי 10:30
פילאטיס	1.1
אירובי	8.1
פילאטיס	15.1
אירובי	22.1
פילאטיס	29.1

עיצוב	בוטו	מתיחות
סטודיו יערה שישי 15:30	סטודיו שישי 16:30	סטודיו יערה שישי 16:30
4.1 מיכל	מיכל	
11.1 יוסי		יוסי
18.1 מיכל	מיכל	
25.1 יוסי		יוסי

מתיחות	8:30	סטודיו יערה אורלי יעקבסון שבת 26.1	מתיחות ויוגלאטיס
מתיחות	8:30		
ויוגלאטיס	10:30		

סדנאות
יצירה לילדים
בהנחיית כלנית
בכל שבת
בסטודיו כלנית
10:00 - 12:00

ספינינג

מערכת הספינינג החודשית
מעודכנת באתר האינטרנט
sport.kmc.co.il

יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	יום ו'
18:30 מורן אבן חן	18:00 מורן אבן חן	17:30 עינת שמואלי	19:00 צביה בן צור	17:45 עינת שמואלי	07:45 לילך יניב (רישום החל מיום ה' 20:00)
21:30 שרון לוי מלמד	19:15 איילת בן דוד	19:15 מורן אבן חן			09:00 עינת שמואלי (רישום החל מיום ה' 20:00)
26.1	5.1	12.1	19.1	26.1	
9:00 מורן	לילך	מורן	לילך	מורן	
10:15 מורן	מורן	עינת	מורן	עינת	
11:30 שרון	שרון	לילך	שרון	לילך	

הרישום לשיעורי הספינינג מתבצע דרך האפליקציה/ אתר האינטרנט בלבד. בימים א-ה: הרישום נפתח שעתים לפני מועד השיעור. ביום ו: הרישום נפתח יום קודם 20:00. בשבת: הרישום נפתח שעה לפני כל שיעור - ההשתתפות בשיעורי הספינינג מחייבת הדרכה ראשונית - פרטים במשרד החוגים - מתאמנים חדשים המעוניינים להצטרף לשיעורי הספינינג נדרשים ליצור קשר עם משרד החוגים על מנת לקבל שם משתמש - סיסמא לרישום - מתאמן אשר נרשם לאימון ולא מגיע מחויב לבטל את ההרשמה



ענת שרון

ענת שרון בת 38, גרה ברמת גן, נשואה ואמא ל-4 בנים מקסימים. למרות שלאף אחד במשפחתי אין שום קשר לספורט, נולדתי עם אהבה לתנועה עם הגוף. באתי מתחום המחול, רקדתי כל חיי בלט קלאסי, ג'אז ואירובי. עוסקת במקצוע כ-18 שנה ומאמנת בכפר המכביה משנת 2001. הצורך והרצון לשלב בין האהבה שלי, המקצועיות והרצון שאנשים ירגישו שינוי חיובי בגוף ובנפש. הדבר שאני הכי מאמינה בו, הוא שאסור לאדם לוותר על הדברים שהוא אוהב, ושאינו תירוצים, חייבים למצוא אפילו מעט זמן כדי להרגיש שעשית משהו קטן בשביל עצמך ובאופן קבוע.