



SPACE

נשר כרמל

מרכז ספורט, בריאות ופנאי

חורף 2011-2012



SPACE

צ'כר התנכ"ל

מנויים ואורחים יקרים,

סיום קיץ מושלם זו הזדמנות נהדרת לסכם עונה מוצלחת ולהביט קדימה לעבר עונת החורף החמה המחכה לכם ממש מעבר לפינה.

בקיץ האחרון דאגנו להפגיש אתכם בכל יום מחדש והמשכנו את מסורת הקיץ האולטימטיבי למשפחה. לקראת החורף אנו מתחדשים במגוון חדש של חוגים ופעילויות מיוחדות ומזמינים אתכם לטעון את האנרגיות מחדש בחורף חם במיוחד. לצד חווית הספורט אנו משיקים בחורף הקרוב את מתחם SPACE אקדמיק - הרצאות מרתקות ולימודי תעודה.

במסגרת שיתוף פעולה עם בית הספר ללימודי שפות ברליץ והמכללה האקדמית גבעת וושינגטון, אשר פותחת שעריה לראשונה בצפון ומציעה מגוון מסלולי לימוד למדריכי ומאמני ספורט בענפי ספורט שונים. חווית הספורט, הבילוי והפנאי, יחד עם חווית לימוד והעשרה מחכים לכם במנוי החורף הקרוב רק ב-SPACE הקאנטרי קלאב הגדול בישראל.

בורכה
צחי חסון
מנכ"ל

הקאנטרי קלאב הגדול בישראל

שעות פתיחה: ימים ב'-ה' 06:00-23:00 • יום ו' 06:00-18:00 • יום שבת 07:30-18:00
הרשמה בימים א'-שבת: 09:00-22:00 לנחיות המנויים חדר הכושר פתוח בימי א' 16:00-22:00



חפשו אותנו בפייסבוק

על הכביש הראשי בין צומת הינומה
לקיבוץ יגוד • www.space-cn.co.il

04-6899999

רגעים גדולים מקיץ עונק



"מה קשור", "הדוד חיים", טל מוסרי, מופעי קיץ
ילדים ומבוגרים, הפנינג סוכות לילדים
ועוד עשרות פעילויות ורגעים גדולים
שהיו חלק מחווית הבילוי שלכם בקיץ האחרון.

מתחם לימודי העשרה והרצאות
חדש למחנכי ואורחי SPACE

SPACE academic



זה הזמן להעשיר את הידע ולהרחיב את האופקים במגוון רחב של אפשרויות לימוד והעשרה במסגרות לימודיות חדשות ומרתקות. בית הספר ללימודי שפות בחסות ברליץ - שיפור האנגלית לילדים, לימודי תעודה במסגרת אקדמית של המכללה האקדמית לחינוך והוראה גבעת וושינגטון.

הרצאות מרתקות ורבי - שיח

במסגרת המתחם האקדמי, יתקיימו הרצאות שונות:
ספורט, רפואה, אקטואליה, חברה ובידור

פרטים נוספים, שעות פעילות ואופן הרשמה - בקבלה

מרתון ספינינג

בואו לגלות את נפלאות הספינינג במרתון ארוך אל תוך הלילה.

מרתון זומבה - הטרנד העולמי שסוחף את העולם, הגיע לסבייט

ערב נשים - מסורת ערבי הנשים בקאנטרי נמשכת ובעונה הקרובה יתווספו הפעלות נוספות וערבי נשים נושאים, כמו שאתן אהבות.

ערב גברים - פאנל ספורט בהשתתפות: זוהיר בהלול, ננסי ברנדס, שירן ורינת גיטר מבית "האח הגדול", משה פרימו, ארי שמאי וכל חברי פאנל הספורט

טיולי משוטטים - יוצאים לגלות את ישראל מידי חודש נא להתעדכן באתר האינטרנט ובפייסבוק.

מחודש אוקטובר - פעמיים בכל חודש תתקיים שעת סיפור

הכוללת הפעלה, תחפושות, ליטוף חיות ופעמיים בחודש יוקן סרט לילדים לגיל הרך

הפנינג סוכות לילדים!

הפגלה ואטרקציה נוספת בהמשך...

איכיל
חורף



שווה להיות חברים שלנו בפייסבוק ולקבל את העדכונים החמים ביותר.
חפשו "ספייט נשר כרמל בפייסבוק"



SPACE

מלכת חוליה למתחילים

מקום	מדריך	יום שני	שעה
אולם אלה	דורית מור	חזוקת רצפת האגן	08:00-08:50
אולם אלה	ג'קי אהרון	Body con	09:00-09:50
בריכה	אפרת רובינשטיין	אירובי במים	09:00-09:50
אולם אורן	ג'קי אהרון	פילאטיס	10:00-10:50
אולם אלה	אפרת רובינשטיין	Body core	10:00-10:50
אולם אלה	עדי שיבק	מתחנות	11:00-11:50
אולם אלה	דפנה אלון	פלדקרייז	12:00-12:50
אולם אלה	אסתי כהן	עיצוב וחיתוב	18:00-18:50
אולם אורן	אנה מס	ריקודי שנות ה-60	19:00-19:50
אולם אלה	שלומית שרייבר	פלדקרייז	19:00-19:50
ספינינג	יניב עובדיה	ספינינג	19:00-19:50
אולם אלה	ג'קי אהרון	אירובי משולב	20:00-20:50
אולם אורן	מירב לייבו	יוגה	20:00-20:50
ספינינג	יניב עובדיה	ספינינג	20:00-20:50
אולם אלה	ג'קי אהרון	פיטבול	21:00-21:50
אולם אורן	מיכל ספונד	ריקודי בטן	21:00-21:50
		יום שלישי	
אולם אלה	מיכל בנסאי	פילאטיס	09:00-09:50
אולם אלה	שלומית שרייבר	פלדקרייז	10:00-10:50
אולם אורן	מירי וולוחוב	זומבה	10:00-10:50
בריכה	ליאת שני	התעמלות במים	10:00-10:50
אולם אלה	סיגל פלד	פיטבול	11:00-11:50
אולם אורן	דורית מור	חזוקת רצפת האגן	11:00-11:50
אולם אלה	סיגל פלד	ריקודי בטן	12:00-12:50
אולם אלה	מירב לייבו	יוגה	18:00-18:50
כנסים	עדי שיבק	התעמלות בונה עצם	18:00-18:50
אולם אורן	ג'קי אהרון	פילאטיס	19:00-19:50
אולם אלה	זאב ניסים	ריקודי עם מתחילים	19:00-19:50
ספינינג	עדי שיבק	ספינינג	19:00-19:50
אולם אורן	איריס עייני	עיצוב וחיתוב	20:00-20:50
ספינינג	דדי ברששת	ספינינג	20:00-20:50
אולם אלה	זאב ניסים	ריקודי עם הרקדה	20:00-20:50
אולם אורן	מירי וולוחוב	זומבה	21:00-21:50

ההנהלה שומרת לעצמה את הזכות לשנות את לוח החוגים כראות עיניה ובכפוף לאילוצים

שעה	יום רביעי	מזריך	מקום
08:00-08:50	אירובי במים	אפרת רובינשטיין	בריכה
09:00-09:50	עיצוב וחיטוב	אפרת רובינשטיין	אולם אלה
10:00-10:50	חיזוק ריצפת האגן	דורית מור	אולם אלה
11:00-11:50	חיזוק ריצפת האגן	דורית מור	בריכה
11:00-11:50	פילאטיס	ג'קי אהרון	אולם אלה
17:00-17:50	פילאטיס	מיכל בנסאי	אולם אלה
18:00-18:50	פיטבול	אורי קובלצ'יק	אולם אלה
18:00-18:50	כדורסל מבוגרים	דן יעקב	מגרש
19:00-19:50	עיצוב דינמי	אורי קובלצ'יק	אולם אלה
19:00-19:50	פלדקרייז	דפנה אלון	אולם אורן
19:00-19:50	ספינינג	יניב עובדיה	ספינינג
19:00-21:00	ברידג'	צבי גל	אולם לוטוס
20:00-20:50	יוגה	מירב לייבו	אולם אורן
20:00-20:50	מדרגה משולב	ג'קי אהרון	אולם אלה
20:00-20:50	ספינינג	אורי קובלצ'יק	ספינינג
21:00-21:50	טאי צ'י	יבגני פרמונד	אולם אורן
	יום חמישי		
09:00-09:50	פיטבול	שרונה בר	אולם אלה
09:00-09:50	התעמלות במים	ליאת שני	בריכה
09:00-12:00	חוג משולב אומנויות	ניצה ליפשיץ	כנסים
10:00-10:50	טאי צ'י	איתן אורנשטיין	אולם אורן
10:00-10:50	פילאטיס	מיכל בנסאי	אולם אלה
11:00-11:50	יוגה	איתן אורנשטיין	אולם אלה
12:30-13:20	פלדקרייז	שלומית שרייבר	אולם אלה
19:00-19:50	ספינינג	יניב עובדיה	ספינינג
19:00-19:50	קטרגל	חיים סילבס/שאל קובה	מגרש
18:00-18:50	ללמוד לרקוד בשביל לעוף בריקוד חופשי למוסיקה מגוונת	חן הרשקוביץ	אולם אורן
19:00-19:50	לרקוד לעוף - פלדקרייז, סלטה וריקוד חופשי	חן הרשקוביץ	אולם אורן
20:00-20:50	פילאטיס	דפנה ברק	אולם אלה
20:00-20:50	Drums alive	אסיה בסקין	אולם אורן
21:00-21:50	זומבה	מירי וולוחוב	אולם אורן
	יום שישי		
08:00-08:50	התעמלות בונה עצם	עדי שביק	אולם אלה
09:00-10:00	ספינינג	דדי ברששת	ספינינג
09:00-11:00	ברידג' לשחקנים ומתחילים	צבי גל	אולם לוטוס
09:00-09:50	אירובי במים	אפרת רובינשטיין	בריכה
09:00-09:50	יוגה	אניטה רז	אולם אלה
10:00-10:50	פיטבול דינמי	ג'קי אהרון	אולם אלה
10:00-10:50	עיצוב וחיטוב	אפרת רובינשטיין	אולם אורן
11:00-11:50	פילאטיס	ג'קי אהרון	אולם אורן
15:00-15:50	ספינינג	עדי שביק	ספינינג



הערה: בימי שבת מ-10:00-12:00 שני חוגי אירובי מתחלפים וחוג ספינינג - מדריכים מתחלפים



מסעך חולמים לולדים

SPACE

			יום שני	
מקום	מדריך	גיל	חוג	שעה
אולם אלה	עדי כרמלי	5-12	זמבה לילדים	17:00-17:50
אולם אורן	אלי אלדדי	6-8	קראטה	17:00-17:50
אולם אורן	אלי אלדדי	9-11	קראטה	18:00-18:50
מגרש	דן יעקב	14 ומעלה	כדורסל	18:30-19:20
גימבורי		3-6	גימבורי	17:00-20:00
			יום שלישי	
אולם לוטוס	אורלי עובדיה	5-9	יצירה בכיף לגיל הרך	17:00-18:00
מגרש	חיים סילבס	עד גיל 12	קטרגל	18:00-18:50
אולם כלנית	יעקב גרופנקל	עד גיל 12	טניס שולחן	18:00-19:00
אולם לוטוס	אורלי עובדיה	5-9	יצירה בכיף לגיל הרך	18:00-18:50
אולם כלנית	יעקב גרופנקל	12-17	טניס שולחן	19:00-19:50
גימבורי		3-6	גימבורי	17:00-20:00

			יום רביעי	
מקום	מדריך	גיל	חוג	שעה
כנסים	עינב מילר	4-6	תנועה ומשחק לגיל הרך	16:45-17:30
אולם לוטוס	אופירצ'וק בטטה	3-5	תנועה ומשחק לגיל הרך	17:00-17:45
מגרש	דן יעקב	3-4	תנועה ומשחק לגיל הרך	17:00-17:45
אולם לוטוס	אופירצ'וק בטטה	4-5	תנועה ומשחק לגיל הרך	17:45-18:30
כנסים	עינב מילר	7-11	היפ הופ נערוות	17:30-18:20
ספינינג	יניב עובדיה	12-18	ספינינג	18:00-18:50
כנסים	עינב מילר	12-17	היפ הופ נערוות	18:30-19:20
גיימבורי		3-6	גיימבורי	17:00-20:00
			יום חמישי	
אולם אורן	אלי אלדדי	6-8	קראטה	17:00-17:50
אולם אורן	אלי אלדדי	9-11	קראטה	18:00-18:50
אולם כלנית	יעקב גרופנקל	7-11	טניס שולחן	18:00-18:50
אולם כלנית	יעקב גרופנקל	12-17	טניס שולחן	19:00-19:50
גיימבורי		3-6	גיימבורי	17:00-20:00
			יום שבת	
גיימבורי		3-6	גיימבורי	10:00-12:00



חורף חם במיוחד בחמאם



קר בחוץ חמאם בפנים...



להתפנק מעיסוי מרגיע, מחווייה מהפנטת בחמאם התורכי המקורי הכולל ג'קוזי וסאונה יבשה. לאחר הטיפול תוכלו לצאת למרפסת הלאונג' בריאות וליהנות מנוף מדהים של כרמל ומחווית בריאות איכותית.

התעודה שתעלה אותך במהירות

על המסלול!



ההרשמה
בעיצומה
העתיד
כבר כאן!

חדש ב-Space נשר כרמל! לימודי תעודה מבית המכללה האקדמית לחינוך והוראה גבעת וושינגטון.

בואו ללמוד היום את מקצועות המחר ולבנות לעצמכם קריירה בטוחה בעולם הספורט הדינאמי והמאתגר

מסלולי הלימוד:

- מדריכי חדר כושר • מדריכי כדורגל • מדריכי שחיה • מדריכות מחול אירובי

הלימודים יתקיימו בימי ו' בין השעות 08:30 - 14:00 בקאנטרי SPACE נשר כרמל. הלימודים יכללו התנסות מעשית ויועברו ע"י מרצים ומורים מהמובילים בתחום. בסיום הלימודים יוענקו תעודות מאמנים ומדריכים מוסמכים.

תחילת הלימודים: שישי 28.10.11



לפרטים והרשמה
04- 6899999
www.washington.ac.il

מנוי החורף החדש



בקאנטרי קלאב הגדול והיפה ביותר בישראל

ממלא אתכם באנרגיות חדשות כל יום, כל הזמן.

במחיר של פעם בעונה!

*** 50% הנחה**

לנרשמים עד 20.9.11

ספייס הקאנטרי קלאב הגדול בישראל מזמין אתכם ליהנות מחוויה חדשה וסוערת בחוף הקרוב רכשו עוד היום את המנוי שיעשה לכם חורף חם וגדול במיוחד!

* בכפוף לתקנון

**ההרשמה בעיצומה!
04-6899999**



לרשות המנויים והאורחים: מספרה | מכון קוסמטיקה | חנות ספורט | ספא ועיסויים | איזבלה בר-קפה-מסעדה

שעות פתיחה: ימים ב'-ה' 06:00-23:00 • יום ו' 06:00-18:00 • יום שבת 07:30-18:00 הרשמה בימים א'-שבת: 09:00-22:00
לנוחיות המנויים חדר הכושר פתוח בימי א' 16:00-22:00