

## חוג אופניים מקצועי – ספיידר המחודש

### קבוצת רכיבה מקצועית

חוג זה מיועד לילדים מכיתות ד' ומעלה במסגרת החוג אנו מלמדים את הרוכבים את עקרונות הרכיבה האישית והקבוצתית:

- אחיזת ידיים נכונה לרכיבת שטח
- רכיבה תוך כדי עמידה
- בטיחות בכבישי היישוב
- בדיקת אופניים לפני רכיבה
- עצירות חרום \ החלקות
- פניות בטוחות

מאמן: יותם נוביק – מדריך אופניים מוסמך בוגר ווינגייט

זמני הפעילות: יום ו' משעה 09:00-11:00 (120 דקות)

**אימון ניסיון יום ו' 03.09.10 בשעה 09:00.**

בחודש ספטמבר האימונים יתקיימו בערבי חג בתאריכים 3-8-17-22.

עלות החוג: 150 ₪ לחודש + ביטוח שנתי 110 ₪  
יש להביא לחוג: קסדה, מים ואופניים תקינים.

נתראה במגרש...

### ספיידר המחודש!

במסגרת שיתוף הפעולה בין SKILLS-SPORT, ועמותת ספיידר המחודש הוחלט על פיתוח ענף האופניים בישובים והבאת מאמני אופניים מקצועיים לתוך הישובים, המטרה היא הגדלת היקף הרוכבים במשגב, והקמת קבוצות רוכבים ביישובים! הפעילות מגוונת ומאפשרת לכול אחד ואחת ללמוד ולשפר את הרכיבה.

### הסדרי הרשמה:

הרישום יעשה באמצעות מילוי טופס הרשמה באתר מתאריך 29/8/10 או ע"י קבלת טופס רישום מהמאמן.  
כתובת האתר: [www.sportskills.co.il](http://www.sportskills.co.il)  
אימייל: [dshabi@sportskills.co.il](mailto:dshabi@sportskills.co.il)  
[info@sportskills.co.il](mailto:info@sportskills.co.il)

