



אגודה שיתופית בע"מ



קטלוג חוגים תשע"ו שבֹּת רַחֵל



**הרישום לכל החוגים עד יום שלישי
ל' בתשרי תשע"ו 13.10.15
במייל rivkaayzen@gmail.com
או ישירות בקישור שנשלח במייל היישובי
לשאלות וברורים ניתן לפנות
לרבקה: 052-6071430
משרד: 02-9409141**



חוג עבודה פנימית ויצירה

מדריכה: יעל שושני 055-6604422

בואי לעבוד עבודה רוחנית פנימית ממקורותינו
בשילוב עם יצירה

להוציא לאור את מטרותייך, להרבות שמחה בחייך
לפרוץ את כל המחסומים לדרך חדשה. רק לשמוח יש!!!
החוג יתקיים בימי שלישי.

זהו חוג חדשני, הזדמנות נהדרת להיות בקבוצה של נשים עם
מטרה- לשפר את חייהן לטובה!!
עלות החוג: 150 שח לחודש כולל חומרים.

חוג מחול מזרחי

מדריכה: יעל שושני, 055-6604422

את רוצה ללמוד מחול אבל לא רוצה להשקיע בצעדים
מסובכים? רוצה לדעת לנוע בחופשיות ובביטחון?
רוצה להעצים את הנשיות שלך?
חוג מחול מזרחי הוא החוג עבורך.

החוג מיועד לנשים ולנערות בוגרות (מכיתה י' ומעלה)
אם תהיה דרישה אשמח לפתוח גם חוג עבור נערות צעירות.
בחוג נלמד צעדי בסיס ונתקדם לריקודים ולאילתורים.
בחוג כייפי ונעים באווירה שמחה במיוחד.
החוג יתקיים בימי שני.
עלות החוג 120 ש"ח לחודש מותנה במינימום נרשמות
והתחייבות לאורך שנה"ל.

חוג ריקודי עם

מדריכה: רחל ירון, שילה 054-4994252

ספורט עם הנאה! ושירי ארץ ישראל היפה!
שני בבוקר או יום ד' או יום ה' בערב במשך שעה וחצי
תשלום לשנה, בהפקדת 10 המחאות מראש, 125 ש"ח לכל
חודש. אם תהיה בעיה מיוחדת שבעטיה רוקדת לא תוכל
להמשיך, יוחזרו ההמחאות הנותרות.
בתנאי להרשמה של לפחות 15 נשים/ נערות



חוג תפירה (בשילה)

מדריכה: זהבה קריספיל 053-2830225

מיועד לילדים מכיתה ג ומעלה. קבוצות קטנות עד 6 בקבוצה.
לימוד בשיטה ייחודית תפירה ברמה איכותית
עלות: 200 ש"ח לחודש כולל חומרים.
בנוסף מפגשים לנשים עד 4 נשים למפגש של שעה וחצי
עלות: 150 שח למפגש.

בחוג לומדים לתפור חצאיות, שמלות, תיקים, כריות, סינרים.
בחוג רוכשים מיומנות של מוטריקה עדינה, קואורדינציה,
דיוק, גזירה, חישוב, ריכוז, פיתוח הכישרון, ומקבלים סיפוק רב
ושמחה מהתוצרת



חוג תיאטרון ותנועה

מדריכה: גליה זלצר, שילה 054-7921722



בחוג יירכשו הילדים מושגי יסוד מעולם הבמה והתיאטרון, ילמדו איך לבנות דמות וסיפור, עמידה מול קהל, טכניקות במשחק ואילתור ופיתוח שפת הגוף. כל זאת ע"י משחקי תיאטרון, אימפרוביזציה, תנועה ותרגילי דמיון. מיועד לבנות בגילאי 8-14

בימי שלישי

עלות: 100 ש"ח לחודש

חוג אמנות ויצירה לבנות

מדריכה: נריה ספיר, גיתית 058-4994729



גיל: ד'ח', וחלוקה לרמות בהתאם להרשמה.

יצירת חפצים שימושיים או דקורטיביים במגוון חומרים:

בדים, עיסת נייר, חומרים למחזור ועוד.

מתאים לכל ילדה שאוהבת ליצור ורוצה ללמוד דברים חדשים.

מחיר: 140 ש"ח לכל 4 שיעורים. כולל חומרים.

"מחוללות" - בית ספר למחול יהודי

מדריכה: אודליה שריקי 052-5973118

שיעורים לילדות (מגיל 4), נערות ונשים.

גן- מחול יצירתי והכנה לבלט

א-ה- מחול מודרני

ו-ח מחול מודרני בשילוב ג'אז/ היפ הופ

ימי שני אחה"צ. החוג לנשים יהיה בימי ראשון.

חדש!! שיעור היפ הופ לנערות בגיל תיכון ומעלה

עלות 100 ש"ח לחודש

הנחה של 15% לאחיות

*המחיר למי שמסדיר תשלום ישירות אצל המורה

המעוניינים בגביה דרך מיסי היישוב- עלות 120 ש"ח לחודש.

מגוון סדנאות לנשים של 10 מפגשים- סדנא ראשונה במחול

מודרני - בעלות 300 ש"ח.



חוג ציור למתחילים

מדריכה: נריה ספיר, גיתית 058-4994729



גיל: כיתות ד'ח', וחלוקה לרמות בהתאם להרשמה.

לימודי רישום בעפרון ופחם, ציור בפנדה ובאקריליק.

רישום מהתבוננות, העתקת צילום, לימוד פרופורציות, אור וצל,

קומפוזיציה נכונה, נפח.

כיצד לערבב צבעים, מה בין צבעים חמים וקרים, כיצד ניצור

עומק ועוד.

בנוסף נלמד על אמנים, נתבונן בעבודותיהם ועל טכניקות

שונות בציור.

משך כל שיעור: שעה ורבע.

מחיר: 140 ש"ח לכל 4 שיעורים. כולל חומרים.

חוג ג'ו- ג'יטסו

מדריך: עקיבא טיילור, בית אל 052-7026260

מיועד לבנים בכתות: א' - ו' בחלוקה לגילאים

ג'ו ג'יטסו היא אומנות לחימה יפנית עתיקה. מקנה יציבות,

ביטחון עצמי, מוטוריקה נכונה וכן כיבוד הזולת ומשמעת עצמית.

עלות החוג: 130 ש"ח.

חוג כדורסל

מדריך: ישראל חלפון, שילה 054-2424806



מיועד לבנים מגיל 5

התוכן שמועבר נוגע בכל תחומי המשחק מהבסיס: כדרור, קליעה,

מסירות והטעיות בסיס ועד הרמות הגבוהות של הגנות אזוריות,

אישיות, כדרור עם מספר הטיות, מסירות מאחורי הגב ועוד.

עלות: 100 ש"ח לחודש

חוג טקוואנדו

מדריך: נעם הופמן, שילה 050-8670623

מיועד לבנים בכתות א' - י"ב בחלוקה לגילאים

טקוואנדו היא אמנות לחימה קוראנית המבוססת על מגוון רב

של בעיטות, הגנה וכוח ממסת גוף. במסגרת החוג נתאמן

ונשפר יכולות ספורטיביות, נתמקד באמוני קרבות תחרותיים

המפתחים אצל הילד בטחון עצמי, קואורדינציה, גמישות, כושר

אירובי, יכולת ריכוז, התמצאות במרחב ופיתוח קשרים חברתיים

עלות החוג: 100 ש"ח לחודש. בנוסף, תשלום שנתי ע"ש 130 ש"ח עבור ביטוח.

חוג קראטה

מדריך: נפתלי בן אליהו, עטרת 055-6665601

מיועד לבנים בגילאי גן חובה- ח'

(יחולק לפי קבוצות גיל, מתחילים ומתקדמים)

פיתוח יכולות אישיות, קואורדינציה, תגובה, מהירות, בטחון בתנועה

ובתגובה מול יריבים, תפיסה מרחבית והכל מתוך הנאה וכיף!

עלות: 170 ש"ח לחודש

חוג קולנוע ואנימציה

מדריכה: חנה שחמורוב, שילה 055-6602336



מיועד לכתות ה'-ח' בחלוקה לגילאים, בנים ובנות (בנפרד)

הילדים ירכשו כלים להתמודדות עם השפעת המדיה. בנוסף,

הילדים ילמדו ליצור סרטים, לצלם סרטים (גם אמיתיים וגם

סרטי אנימציה) ועוד.

עלות: 200 ש"ח לחודש

חוגי מוסיקה

אסתר טמיר 050-9033174

פסנתר - שיעורים פרטיים (בנים, בנות).

כיתות א'-ד' - שיעור חצי שעה, 60 ש"ח לשיעור

כיתות ה' ומעלה - שיעור 3/4 שעה, 80 ש"ח לשיעור

המקהלות וקבוצת השירה תתחלנה בעז"ה מיד אחרי חנוכה

מקהלת בנות - כיתות א'-ז' - 100 ש"ח לחודש

מקהלת בנים - כיתות א'-ו' - 100 ש"ח לחודש

קבוצת שירה - נשים ונערות (מכיתה ח' ומעלה) - מקבלת גם

חדשות, בשמחה - 75 ש"ח לחודש