



# קפ קפ

## המרכז להתעמלות מכשירים לבנות

מאמנת תהילה פרנקל – מוסמכת מכון וינגייט

שאול אביגור 36, ירושלים 93122. טל': 07788-4-7788. פלאפון: 0505-778899. פקס': 077-5008798

[tehila@gymnastics.co.il](mailto:tehila@gymnastics.co.il)

[www.קפ-קפ.co.il](http://www.קפ-קפ.co.il)

[www.gymnastics.co.il](http://www.gymnastics.co.il)

6/16

בס"ד, סיון תשע"ו.

להורים שלום,

אני שמחה להודיע על פתיחת החוג להתעמלות קרקע ומכשירים לבנות לשנת תשע"ו.  
מאמנת סניף חומת שמואל – תמימה יאול.

**הפעילות מתקיימת בכל הסניפים במשך 10 חודשים, מספטמבר עד סוף יוני.**

החוג יתקיים בימי ראשון ורביעי, החל מיום ראשון, א' אלול תשע"ו (4/9).

הפעילות תסתיים ביום רביעי, ד' בתמוז תשע"ו (28/6).

למען בטחון בנותיכן, אבקש ללוות אותן עד לאולם עצמו וחזרה מהאולם, אין לי שליטה על המתרחש מחוץ לאולם ההתעמלות.

להלן פירוט השעות של כל הקבוצות:

שעה	כיתות	קבוצה
18:10-19:05	א', ב', ג'	מתחילות
18:10-19:05	א', ב', ג'	צעירות, צעירות מתקדמות
18:10-19:05	ב'-ג'	פרחי טרום נבחרת
18:10-19:35	ד'-ו'	פרחי נבחרת
19:10-20:05	ד', ה', ו'	עלמות, עלמות מתקדמות, נערות
20:10-21:05	ז'-י"ב	נערות מתקדמות, בוגרות
19:10-21:05 בימי א' בלבד	ז'-י"ב	אופציה לפעם בשבוע <b>לכיתות ז' ומעלה</b> – בימי א' בלבד
שעות בהמשך	ו', ז', ח', ט'	טרום / נבחרת צעירה

### בכל הגילאים, קיימת קבוצה למתחילות חדשות

**אישור רפואי - חובה** להביא אישור רפואי כבר לשיעור הראשון (האישור מצורף - ויש להחתים את רופא המשפחה על האישור). לא יתאפשר להתעמל אפילו בשיעור הראשון ללא אישור רפואי. ניתן לשלוח את האישור בפקס', או בדוא"ל.

מתעמלות שנקלט ב-**Top Top** אישור רופא בעבר, זקוקות להצהרת בריאות על ידי ההורים בלבד!

יום אמהות ובנות - יתקיים ביום רביעי, כ"ו שבט תשע"ו (22/2).

השנה לא יתקיים יום אבות ובנות. **צילומיים קבוצתיים** - יתקיימו ביום רביעי, כ"ד אדר תשע"ו (22/3).

**הופעת סוף השנה** - מתוכננת במהלך חודש יוני, פרטים מדוייקים יבואו בהמשך השנה.

**תשלום** - גם השנה התשלום יבוצע בהוראה לחיוב חשבון. הגבייה תבצע לא לפני החמישי לכל חודש לועזי.

המעוניינים לשלם בשיקים - ניתן לשלם בעד שני שיקים את כל התשלום השנתי (אחד מידי, ואחד ל-1/4/17).

ניתן להפקיד ישירות לחשבון הבנק (בכל סניף של בנק לאומי, או דרך האינטרנט) - יש לבצע את העברה לחשבון: -678-10-19049079, ולשלוח בפקס' או בדוא"ל את אישור התשלום - על מנת שנדע מי שילם.

ניתן לשלם באשראי דרך אתר האינטרנט תוך כדי ההרשמה, או לפנות אלינו לתשלום באשראי טלפונית.

המחיר **השנתי** למתעמלת אחת הינו 3,100 ₪, לשתי מתעמלות 6,000 ₪, לשלוש מתעמלות 8,700 ₪, ולכל מתעמלת נוספת (מעבר ל-3 ממשפחה אחת) 2,500 ₪. לסכומים אלו יש להוסיף 200 ₪ לכל מתעמלת לביטוח והוצאות שוטפות. התשלום (בהוראה לחיוב חשבון) מחולק ל-10 תשלומים (9/16-6/17) לפי הטבלה הבאה:

למתעמלות שנקלט ב-**Top Top** אישור רופא בעבר

ניתן לחתום על הצהרת הורה במקום אישור רופא

### הצהרת הורים

אני ההורה של: \_\_\_\_\_ ת"ז: \_\_\_\_\_, תאריך לידה: \_\_\_\_\_, מצהיר/ה בזאת כי בתי בריאה לחלוטין, ולא חל שינוי במצבה הבריאותי מאז אישור הרופא בעבר. ידוע לי כי על בעיית בריאות יש לדווח, ולהביא אישור רופא להמשך הפעילות.

שם וחתימת ההורים: \_\_\_\_\_ תאריך: \_\_\_\_\_

שם חתימה



מתעמלת אחת	שתי מתעמלות	שלוש מתעמלות	כל מתעמלת מעבר ל-3
310	600	870	250 נש נוספים
תלבושת חובה: בגד גוף+טייץ מחובר, קניה ב"ללושקה", קניון מלחה.			
ביטוח והוצאות שוטפות 200 נש לכל מתעמלת חד פעמי.			
ירד בתשלום הראשון. למספר מתעמלות במשפחה יחולק לתשלומים לפי מספר המתעמלות.			
תוספת לכל ילדה בקבוצת נבחרת – 100 נש לחודש. תוספת לכל ילדה בקבוצת פרחי – 65 נש לחודש. במהלך השנה, יתכן וקבוצות הנבחרת יוזמנו להשתתף בתחרויות חיצוניות – דבר שידרוש תשלום למארגני התחרות, אוטובוס, ויתכן גם תשלום לבדיקות רפואיות (מבחן מאמץ במכון לרפואת ספורט).			
מתעמלת אחת המתחילה לאחר 1/9/16, תקבל 43 נש החוזר עבור כל אימון שהתקיים עד שהצטרפה. לדוגמא, מתעמלת שהצטרפה ב-2/11/16 – הפסידה 12 אימונים שהתקיימו (לא כולל חגים) – תקבל החזר של 516 נש - סה"כ 2,584 נש +ביטוח לשנה, לכן התשלום ב-11/16 יהיה 414 נש+ביטוח, ולאחר מכן עד 6/17 - 310 נש לחודש. מודגש כי התחשיב הינו שנתי, ומחושב לשיעורים בפועל, ולא לפי חישוב חודשי.			
בנות המתחילות באיחור מוזמנות לעיין בדף ההסבר המפורט, ובטבלה המפורטת של תאריך התחלה, בדף זה מפורט גם החישוב למספר אחיות במשפחה. הדף נמצא באתר האינטרנט: <a href="http://www.gymnastics.co.il">www.gymnastics.co.il</a> .			

### לא ינתן החזר בגין העדרות במהלך השנה.

**שיעור נסיון – מחוייב בתשלום**, אלא אם כן, המתעמלת לא ממשיכה מעבר לשיעור זה. המחירים כוללים מס ערך מוסף בכל שיעור שיקבע (בטווח 15-19%). חשבונית/קבלה מונפקת מדי חודש, עם ביצוע הגבייה. החזר תשלום – התשלום הוא שנתי, במידה ומתעמלת פורשת מהחוג יש להודיע **בכתב**, כדי למנוע אי הבנות, במהלך החודש הלועזי שלפני הפרישה, והגבייה תפסק מכאן ולהבא. בכל מקרה החיוב הינו עד סוף החודש. (ללא חישוב שיעורים בפועל).

### מתעמלת שפורשת לאחר תחילת חודש פברואר תמשיך לשלם עד סוף השנה.

### תשלום באשראי, יזוכה בניכוי דמי ביטול וסליקה כחוק.

**נא לוודא שהמתעמלות מגיעות לכל שיעור עם תיק (למניעת אבידות), בקבוק מים, שיער אסוף, וללא תכשיטים.** ביטוח – המתעמלות מבוטחות בביטוח "צד ג'" המכסה פגיעה שארעה ברשלנות. ביטוח תאונות אישיות קיים דרך העירייה ומוסד הלימודים (במסגרת חוק חינוך חובה).

אני מדגישה כי אין ל-*Top Top* כל אחריות על חפצים אישיים, (גניבה, אובדן או נזק) – והביטוח איננו מכסה חפצים אישיים. דברים אלו אמורים גם לגבי משקפי ראייה, ולכן על המתעמלות לנהוג במשקפיים משנה זהירות. **קשר בזמן חרום** - בזמן השיעורים, ניתן במקרה **חרום**, להתקשר לפלאפון 050-8647788. אנא עשו בו שימוש מושכל, על מנת לא להפריע לרצף השיעור.

**בגדי גוף** – בגד גוף וטייץ מחובר, אחיד לכל המתעמלות. את הבגד, ניתן לרכוש ב"ללושקה", קניון מלחה, ירושלים. כדאי להתקשר לשושי מ' ללושקה בטל' 050-6284104 לפני ההגעה לחנות לוודא שישנו בגד גוף במידה של הבת במלאי. אני ממליצה להזמין בגד במידה מעט גדולה, היות והבגדים יחסית קטנים, והבנות גדלות במהלך השנה. מטעמי בטיחות גם לא ניתן ללבוש חולצות או גופיות מעל בגד הגוף אלא רק מתחתיו.

**נעלים** - בהתעמלות קרקע, מתעמלים יחפות. למי שלא נח, ניתן לרכוש נעלי קורה, ג'ז או בלט, אך לא נעלי התעמלות רגילות.

### תאריכים בהם לא יתקיים החוג:

יום ראשון, י' בטבת תשע"ז (8/1) – תענית י' בטבת.	יום ראשון, כ"ט באלול תשע"ז (2/10) – ערב ראש השנה.
יום ראשון, י"ד באדר תשע"ז (12/3) – פורים.	יום רביעי, י" בתשרי תשע"ז (12/10) – יוה"כ.
יום רביעי, ט' בניסן תשע"ז (5/4) – ערב פסח.	יום ראשון, י"ד בתשרי תשע"ז (16/10) – ערב סוכות.
יום ראשון, י"ג בניסן תשע"ז (9/4) – ערב פסח.	יום רביעי, י"ז בתשרי תשע"ז (19/10) – חוהמ"ס.
יום רביעי, ט"ז בניסן תשע"ז (12/4) – חוהמ"פ.	יום ראשון, כ"א בתשרי תשע"ז (23/10) – הושענא רבה.
יום ראשון, כ' בניסן תשע"ז (16/4) – חוהמ"פ.	יום ראשון, כ"ה בכסלו תשע"ז (25/12) – חנוכה.
יום רביעי, ו' בסיון תשע"ז (31/5) – שבועות.	יום רביעי, כ"ח בכסלו תשע"ז (28/12) – חנוכה.

**ימים אשר יורד בהם שלג לאחר השעה 14:00 בצהריים, או שהלימודים בירושלים בוטלו בשל שלג.**

**במקרה שלג – הודעה תמסר במענה קולי 0-7788-4-7788, ובאתר האינטרנט: [www.gymnastics.co.il](http://www.gymnastics.co.il)**

### שינויים בשעות הפעילות:

בליל יום השואה, בליל יום הזכרון ובליל ל"ג בעומר – הפעילות תסתיים בשעה 19:30. פרטים בסמוך לימים אלו. במידה וישנן שאלות נוספות אשמח לשוחח עמכם (050-864-7788),

בברכה

תמימה יאול

050-8647788

### אישור רפואי

אני מכיר רפואית את: \_\_\_\_\_ ת"ז: \_\_\_\_\_, ובדקתי אותה ומצאתי אותה כשירה לפעילות של התעמלות קרקע ומכשירים.

תאריך: \_\_\_\_\_ חתימה וחותמת הרופא: \_\_\_\_\_

