

# מערכת שעות

עונה 2024/25 ר1

## יום ראשון

נופר חסן / היפ-הופ	נעמה חיים / היפ-הופ	שון בסעאד / היפ-הופ	ליקי יופה / אקרודאנס	לידיה רוטרדמסקי / בלט
LEVEL 3 כיתות ה'ו' 16:20-17:05	LEVEL 1 כיתות א'ב' 15:30-16:15		מצוינות צעירים אקרודאנס 16:30-17:15	מצוינות חטיבה תיכון בלט 16:30-17:30
LEVEL 2 כיתות ג'ד' 17:15-18:00	LEVEL 2 כיתות ג'ד' 16:20-17:05		מצוינות צעירים רפרטואר 17:30-18:15	מצוינות חטיבה תיכון פויינט רפרטואר 17:30-18:15
MINISIS 18:05-19:05	LEVEL 1 כיתות א'ב' 17:15-18:00		מצוינות חטיבה תיכון 18:30-19:30	מצוינות צעירים בלט 18:15-19:15
LEVEL 4 כיתות ז'ט' 19:15-20:15	LEVEL 4 כיתות ז'ט' 18:05-19:05	DNA 19:15-20:15	מצוינות חטיבה תיכון 19:30-20:30	
LEVEL 5 כיתות ט'יב' 20:30-21:30	MINISIS 19:15-20:15	MINISIS 20:20-21:15	סולנים חטיבה/תיכון פרטני 20:45-21:45	
DNA 21:35-22:35	DNA 20:30-21:30	LEVEL 5 כיתות ט'יב' 21:35-22:35		
שיעורים פתוחים בוגרים +18 21:30-22:45				

## יום שני

מיה מישור / אקרודאנס

רינת ארוניס / מודרני

סוניה גרסיה / בלט

איתי פרי / מודרני

LEVEL 4  
להקה צעירה  
כיתות ז'-ט'  
16:00-17:00

LEVEL 5  
להקה בוגרת  
16:00-17:15

LEVEL 4  
להקה צעירה  
כיתות ז'-ט'  
17:15-18:25

CAST DA  
17:05-18:20

LEVEL 3  
כיתות ה'-ו'  
מסלול טכניקה מתחילים  
17:30-18:15

LEVEL 5  
להקה בוגרת  
17:20-18:35

LEVEL 3  
כיתות ה'-ו'  
מסלול טכניקה מתחילים  
18:30-19:45

LEVEL 5  
להקה בוגרת  
18:45-20:15

CAST DA  
18:30-19:45

LEVEL 4  
להקה צעירה  
כיתות ז'-ט'  
18:40-19:40

שיעור בוגרים 18+  
+ מודרני לרקדני היפ הופ תיכון  
20:30-22:00

LEVEL 4  
להקה צעירה  
כיתות ז'-ט'  
20:00-21:00

CAST DA  
20:00-21:30

דאנס אקדמי



בית ספר לאומנויות המחול

# יום שלישי

עומר אברי / אסף פרקש  
חודש / חודש  
היפ- הופ

בר בנימין / היפ- הופ

אלמוג דוד / מודרני

לידיה רוטרדמסקי / בלט

PITZISIS  
כיתות ב'-ה'  
16:15-17:00

LEVEL 4  
כיתות ז'-ט'  
16:00-17:00

מצוינות צעירים

מצוינות חטיבה תיכון  
בלט  
16:30-17:30

LEVEL 4  
כיתות ז'-ט'  
17:05-18:05

PITZISIS  
כיתות ב'-ה'  
17:15-18:00

16:45-18:15

מצוינות חטיבה תיכון  
פוינט רפרטואר  
17:30-18:25

MINISIS  
כוריאוגרפיה  
18:10-19:05

LEVEL 3  
כיתות ה'-ו'  
18:15-19:00

מצוינות חטיבה תיכון  
מודרני  
18:30-19:30

מצוינות צעירים  
בלט  
18:30-19:45

LEVEL 3  
כיתות ה'-ו'  
19:10-20:05

MINISIS  
19:15-20:15

מצוינות חטיבה תיכון  
רפרטואר  
19:30-20:30

LEVEL 5  
כיתות ט'-יב'  
20:30-21:30

DNA  
20:30-21:40

שיעור סולנים  
פרטני  
20:45-22:00

DNA  
21:45-22:45

LEVEL 5  
כיתות ט'-יב'  
21:35-22:35

דאנס אקדמי

בית ספר לאומנויות המחול



## יום רביעי

רונית עוז / מודרניז'אז

**LEVEL 1**  
כיתות א'-ב'  
16:15-17:00

**LEVEL 3**  
כיתות ה'-ו'  
מסלול טכניקה מתחילים - בחירה  
17:00-17:45

גן חובה  
17:50-18:35

**LEVEL 2**  
כיתות ג'-ד'  
18:40-19:25

נועה עוז סתר / מודרני

**LEVEL 5**  
להקה בוגרת  
16:45-18:00

CAST DA  
18:15-19:30

**LEVEL 4**  
להקה צעירה  
כיתות ז'-ט'  
19:40-20:40

רינת ארוניס / מודרני

**LEVEL 3**  
כיתות ה'-ו'  
מסלול טכניקה מתחילים  
16:00-16:45

**LEVEL 4**  
להקה צעירה  
כיתות ז'-ט'  
16:50-18:05

**LEVEL 5**  
להקה בוגרת  
18:15-19:30

CAST DA  
19:40-20:55

סוניה גרסיה / בלט

CAST DA  
16:30-18:00

**LEVEL 4**  
להקה צעירה  
כיתות ז'-ט'  
18:15-19:30

**LEVEL 5**  
להקה בוגרת  
19:40-21:00

שיעור סולנים  
להקה צעירה  
פרטני פוינט  
21:00-22:00



## יום חמישי

ליקי יופה / אקרודאנס

LEVEL 2  
כיתות ג'-ד'  
16:30-17:15

LEVEL 1  
כיתות א'-ב'  
16:30-17:15

מור מרכוס / היפ-הופ

MINISIS  
16:00-17:15

נעמה חיים / היפ-הופ

LEVEL 3  
כיתות ה'-ו'  
16:15-17:00

הילה אסרף בוז'ו / היפ-הופ

DNA  
16:15-17:15

MINISIS  
17:20-18:05

PITZISIS  
כיתות ב'-ה'  
17:00-17:55

LEVEL 3  
כיתות ה'-ו'  
17:15-18:00

DNA  
17:20-18:45

PITZISIS  
כיתות ב'-ה'  
18:15-19:00

LEVEL 4  
כיתות ז'-ט'  
18:00-19:00

MINISIS  
18:10-19:10

DNA  
19:05-20:10

GENESIS  
18:45-20:00

MINISIS  
19:15-20:15

LEVEL 4  
כיתות ז'-ט'  
19:15-20:15

מצויינות חטיבה תיכון  
20:15-22:00

DNA  
20:20-21:30

GENESIS  
20:20-21:30

GENESIS  
21:35-22:45

דאנס אקדמי

בית ספר לאומנויות המחול



## יום שישי

תוכנית העשרה מצויינות

שיעור וריאציות פרטני

13:30-15:00

הילה אסרף בוז'ו / ג'נסיס

GENESIS

14:00-16:00

אימון  
אולם חדש

GENESIS

16:00-18:00

חדש - Projects Intensive - פרויקטים  
אולם חדש

דאנס אקדמי



בית ספר לאומנויות המחול

# טבלת מסלולים

מסלולי ההיפ הופ והטכניקה צעירים ובוגרים

## LEVEL 3 מסלול היפ הופ (כיתות ה'ו')

יום א'

16:20-17:05 היפ הופ נופר חסן

יום ב'

18:30-19:45 אקרודאנס מיה מישור

יום ג'

18:15-19:00 היפ הופ בר בנימין

19:10-20:05 היפ הופ עומר/אסף

יום ה'

16:15-17:00 היפ הופ נעמה חיים

17:15-18:00 היפ הופ הילה אסרף

## LEVEL 3 מסלול טכניקה מתחילים כל השיעורים חובה! (כיתות ד'-ה')

יום ב'

17:30-18:15 בלט סוניה גרסיה

18:30-19:45 אקרודאנס מיה מישור

יום ד'

16:00-16:45 מודרני רינת ארוניס

17:00-17:45 ג'אז רונית עוז (בחירה)

**LEVEL 4/5 \* בחירה של מינימום  
2 שיעורים בשבוע!  
אפשר לשלב בין המסלולים  
(לדוגמא שיעור היפ הופ + בלט וכד')**

## LEVEL 2 מסלול היפ הופ (כיתות ג'-ד')

יום א'

16:20-17:05 היפ הופ נעמה חיים

17:15-18:00 היפ הופ נופר חסן

יום ה'

16:30-17:15 אקרודאנס ליקי יופה

## LEVEL 2 מסלול טכניקה (כיתות ג'-ד')

יום ד'

18:40-19:25 ג'אז רונית עוז

יום ה'

18:30-19:15 אקרודאנס ליקי יופה

## LEVEL 5 מסלול היפ הופ (חטיבה/תיכון)

בטבלה הבאה מפורט מסלול הטכניקה לקבוצות הללו:

יום א'

20:30-21:30 היפ הופ נופר חסן

21:35-22:35 היפ הופ שון בסעאד

יום ב'

20:30-22:00 מודרני לרקדני היפ הופ רינת ארוניס

יום ג'

20:30-21:30 היפ הופ עומר/אסף

21:35-22:35 היפ הופ בר בנימין

## יסודות המחול (גן חובה)

יום ד'

17:50-18:35 ג'אז רונית עוז

## LEVEL 1 מסלול היפ הופ (כיתות א'-ב')

יום א'

15:30-16:15 היפ הופ נעמה חיים

17:15-18:00 היפ הופ נעמה חיים

## LEVEL 1 מסלול טכניקה

יום ד'

16:15-17:00 ג'אז רונית עוז

יום ה'

16:30-17:15 אקרודאנס ליקי יופה

## LEVEL 4 מסלול היפ הופ (כיתות ז'-ח')

בטבלה הבאה מפורט מסלול הטכניקה לקבוצות הללו:

יום א'

18:05-19:05 היפ הופ נעמה חיים

19:15-20:15 היפ הופ נופר חסן

יום ב'

16:00-17:00 היפ הופ בר בנימין

17:05-18:05 היפ הופ עומר/אסף

יום ה'

18:00-19:00 היפ הופ נעמה חיים

19:15-20:15 היפ הופ הילה אסרף

# טבלת מסלולים

מסלולי הטכניקה של הלהקות והעתודה בלט ומודרני

## CAST DA (כיתות ט' ומעלה)

תלמידים חדשים בלבד המעוניינים להצטרף לקבוצה מחוייבים להשתתף במכינת מצויינות בקיץ ומעבר אודישן

### יום ב'

מודרני רינת ארוניס 17:05-18:20  
בלט סוניה גרסיה 18:30-19:45  
מודרני איתי פרי 20:00-21:30

### יום ד'

בלט סוניה גרסיה 16:30-18:00  
מודרני נועה עוז סתר 18:15-19:30  
מודרני רינת ארוניס 19:40-20:55

## LEVEL 5 להקה צעירה (כיתות ט' ומעלה)

תלמידים חדשים בלבד המעוניינים להצטרף לקבוצה מחוייבים להשתתף במכינת מצויינות בקיץ ומעבר אודישן

### יום ב'

בלט סוניה גרסיה 16:00-17:15  
מודרני איתי פרי 17:20-18:35  
מודרני רינת ארוניס 18:45-20:15

### יום ד'

מודרני נועה עוז סתר 16:45-18:00  
מודרני רינת ארוניס 18:15-19:30  
בלט סוניה גרסיה 19:40-21:00  
פוינט עבודה פרטנית סוניה גרסיה 21:00-22:00

## LEVEL 4 מסלול עתודה ללהקות טכניקה (כיתות ז'-ט')

### יום ב'

מודרני רינת ארוניס 16:00-17:00  
אקרודאנס מיה מישור 17:15-18:25  
מודרני איתי פרי 18:40-19:40  
בלט סוניה גרסיה 20:00-21:00

### יום ד'

מודרני רינת ארוניס 16:50-18:05  
בלט סוניה גרסיה 18:15-19:30  
מודרני נועה עוז סתר 19:40-20:40

\*ימים ב'-ד' כל השיעורים שיעורי חובה

## תכנית רקדן מצטיין:

בית הספר למחול מלווה רקדנים ומעשירים בשיעורי טכניקה ושיעורי רפרטואר אשר מקדמים ומכינים לקראת האודישנים למסגרות השונות כגון: רקדן מצטיין, קרן שרת, מסלולים להכשרת רקדנים וכו'. התכנית מיועדת לתלמידי תיכון רקדנים מהלהקה הבוגרת והקאסט שלוקחים גם את מסלול המצויינות זהו תנאי על מנת שנוכל להבטיח שיוכלו לעמוד ברמה הטכנית הנדרשת.

**\*כל השיעורים בכל הלהקה הינם שיעורי חובה למעט אילו המצויינים כבחירה.**





# טבלת מסלולים

מסלולי מצויינות / להקות טכניקה בלט מודרני ואקרודאנס

## מצוינות חטיבה תיכון (ט'-יב')

מחייב רישום למכינת מצוינות בקיץ ומעבר אודישן  
הקבוצות מחוייבות למסלולי הלהקות LEVEL 5 / CAST DA  
כל משתתפת/ת על פי השיבוץ שלו/ה

### יום א'

16:30-17:30 בלט לידיה רוטרדמסקי  
17:30-18:15 פויינט רפרטואר לידיה רוטרדמסקי  
18:30-19:30 אקרודאנס ליקי יופה  
19:30-20:30 רפרטואר ליקי יופה  
20:45-21:45 סולנים פרטני ליקי יופה **בחירה**

### יום ג'

16:30-17:30 בלט לידיה רוטרדמסקי  
17:30-18:25 פויינט רפרטואר לידיה רוטרדמסקי  
18:30-19:30 מודרני אלמוג דוד  
19:30-20:30 רפרטואר אלמוג דוד  
20:45-22:00 סולנים פרטני אלמוג דוד **בחירה**

### יום ד'

20:45-22:00 פרטני פויינט להקה צעירה סוניה גרסיה **בחירה**

### יום ה'

20:15-22:00 אקרודאנס ליקי יופה

### יום ו'

13:30-15:00 שיעור וריאציות פרטני סוניה גרסיה **בחירה**

## מצוינות צעירים (ג'-ו')

מחייב שיעור אודישן או המלצה  
מאחד ממורי הסטודיו

### יום א'

16:30-17:15 אקרודאנס ליקי יופה  
17:30-18:15 רפרטואר ליקי יופה  
18:15-19:15 בלט לידיה רוטרדמסקי

### יום ג'

16:45-18:15 מודרני אלמוג דוד  
18:30-19:45 בלט לידיה רוטרדמסקי

תלמידי המצויינות מחוייבים לקחת בנוסף את מסלול הלהקות, לפי השיבוץ או ב- LEVEL 3 (ומוסיפים בלט עם סוניה+ מודרני איתי פרי) או שישוּבצו ב- LEVEL 4 ומחוייבים לקחת בנוסף את כל שיעורי העתודה (שיעורים נוספים בשבוע).

\*כל השיעורים הינם שיעורי חובה (חוץ משיעורי פרטני הכנת סולנים לתחרויות)

# טבלת מסלולים

מסלול תחרותי להקות ההיפ-הופ

## GENESIS

מגה קרו - להקת היפ הופ  
תחרותית

מחייב קורס קיץ ומעבר אודישן

### יום ה'

18:45-20:00 היפ הופ מור מרכוס  
20:20-21:30 היפ הופ הילה אסרף בוז'ו  
21:35-22:45 היפ הופ נעמה חיים

### יום ב'

14:00-16:00 אימון  
16:00-18:00 פרוייקטים

### בחירת

ניתן להוסיף שיעורים של LEVEL 5  
עם שאר המורים במסלול ההיפ הופ

## DNA

קבוצת מגה ורסיטי היפ הופ  
תחרותי  
גילאי חטיבה / תיכון

מחייב קורס קיץ ומעבר אודישן

### יום א'

19:15-20:15 היפ הופ שון בסעאד  
20:30-21:30 היפ הופ נעמה חיים  
21:35-22:35 היפ הופ נופר חסן

### יום ב'

20:30-21:40 היפ הופ בר בנימין  
21:45-22:45 היפ הופ עומר/אסרף

### יום ה'

16:15-17:15 היפ הופ הילה אסרף בוז'ו  
17:20-18:45 היפ הופ מור מרכוס  
19:05-20:10 אקרודאנס ליקי יופה  
20:20-21:30 היפ הופ נעמה חיים

## MINISIS

מסלול היפ הופ תחרותי קבוצת  
ג'וניור  
גילאי יסודי עד גילאי 14

מחייב קורס קיץ ומעבר אודישן

### יום א'

18:05-19:05 היפ הופ נופר חסן  
19:15-20:15 היפ הופ נעמה חיים  
20:20-21:15 היפ הופ שון בסעאד

### יום ב'

18:10-19:05 היפ הופ עומר/אסרף  
19:15-20:15 היפ הופ בר בנימין

### יום ה'

16:00-17:15 היפ הופ מור מרכוס  
17:20-18:05 אקרודאנס ליקי יופה  
18:10-19:10 הילה אסרף בוז'ו  
19:15-20:15 היפ הופ נעמה חיים

## PITZISIS

מסלול היפ הופ תחרותי קבוצת  
מיני ג'וניור  
גילאי יסודי כיתות ב'-ה'

מחייב קורס קיץ ומעבר אודישן

### יום ג'

16:15-17:00 היפ הופ עומר/אסרף  
17:15-18:00 היפ הופ בר בנימין

### יום ה'

17:00-17:55 היפ הופ נעמה חיים  
18:15-19:00 אקרודאנס ליקי יופה

\*כל השיעורים בכל להקה הינם שיעורי חובה למעט אילו המצוינים כבחירה