



**המכללה  
האקדמית  
בוינגייט**  
*הוֹסְטִים אֶבֶר אַקְרִיירֶה*

# המרכז לרפואה ולמתודיקה בספורט במכללה האקדמית בוינגייט

קורסים להעשרה, הכשרה והסמכה בספורט התחרותי וההישגי,  
השתלמויות, קידום מאמנים ואנשי מקצוע

בדיקות, אבחנה, ייעוץ, הכוונה, טיפול

המרכז לרפואה ולמתודיקה בספורט שואף לקדם מאמנים, אנשי מדע, אנשי מקצוע ובעלי תפקידים בספורט הישגי, בספורט עממי ובפעילות גופנית באמצעים מדעיים ומקצועיים מודרניים.

את המרכז מנהל ד"ר איציק בן מלך, מומחה בתורת האימון, בעל ניסיון עשיר ורב.

אלה התחומים העיקריים שבהם עוסק המרכז:

מעקב, בקרה וייעוץ מתודי, מדעי ורפואי לספורטאי הישגי, לנבחרות, לקבוצות, לשופטים וספורטאים בודדים.

קידום מאמנים ואנשי מקצוע, השתלמויות, ימי עיון וכינוסים למאמנים ולבעלי תפקידים בספורט.

הכשרה, הסמכה והעשרה באמצעות קורסים ייחודיים בספורט הישגי ותחרותי, בשיתוף עם ארגונים והתאחדויות ספורט.

- קורס למנכ"לים במועדונים ובאיגודים
- קורס למאמנים בכירים והכשרה בתורת האימון ומדעי הספורט
- קורס לתקשורת בספורט
- קורסי התמחות באימון ספורטאיות
- קורס להתמחות בניהול מקצועי במחלקות נוער
- פרויקטים מיוחדים לאוכלוסייה הרחבה ולעוסקים בספורט התחרותי וההישגי
- פרויקט "אורח חיים בריא" בצה"ל
- פרויקט לקידום מאמנים, מדריכים ובעלי תפקידים.

בשנים האחרונות נהנו משירותי המרכז מאמנים לאומיים, מאמנים לקבוצות וספורטאים בכירים, בעלי תפקידי ניהול, רפואה, מדע, מתודיקה ותקשורת בספורט ההישגי, בספורט התחרותי ובספורט העממי.

אנו מזמינים אתכם להשתתף בתחומים הרלוונטיים לכם ולקחת חלק בפעילויות המרכז.

בברכה,

ד"ר איציק בו מלך

מנהל המרכז לרפואה ולמתודיקה בספורט

# קורסים להכשרה, העשרה והסמכה בספורט ההישגי והתחרותי

## התמחות בתורת האימון ובמדעי הספורט

**מרכז הקורס:** ד"ר איציק בן מלך

**מרצים:** מומחים מישראל ומחו"ל

**מטרת הקורס:** העשרה, הכשרה והסמכה של מאמנים בכירים ומרצים בקורסי מדריכים ומאמנים, בהיבטים הקשורים לתורת האימון, למדעי הספורט ולספורט ההישגי.

**נושאי הלימוד:** תורת האימון, היבטים מדעיים בתהליך אימונים ותחרויות/משחקים, תורת התנועה ואימון טכניקה.

בקורס יתקיימו סדנאות וסיוורים מקצועיים (אפשרות לסיור בחו"ל).

### קהל היעד:

- מאמנים לאומיים ובכירים בכל ענפי הספורט.
- בעלי תפקידים מקצועיים בנבחרות הלאומיות ובליגת-העל.
- רכזי קורסים למדריכים ולמאמנים.
- מרצים בקורסים להדרכה בתחומי הכושר הגופני, מדעי האימון ותורת האימון.

### תנאי קבלה:

- אישור רפואי - על המשתלמים למסור לבית הספר להשתלמויות אישור רפואי חתום בידי רופא, המעיד על כשירותם לעסוק בפעילות גופנית.
- תעודת מאמן/מדריך.
- מכתב המלצה.

**תעודה גמר:** לעומדים בדרישות הקורס תוענק תעודת "התמחות בתורת האימון ובמדעי הספורט".  
**היקף שעות:** 120 שעות (4 ש"ש).

מחיר: 3,450 ₪

קוד: 8601

12:00 - 16:00

שנתי

יום ב'

החל מנובמבר 2010 ועד יוני 2011.

## התמחות באימון ספורטאיות

**מרכז הקורס: ד"ר איציק בן-מלך**  
**מרצים: מומחים מישראל ומחו"ל**

**מטרת הקורס:** העשרה, הכשרה והסמכה של מאמנים באימון ספורטאיות.  
**נושאי הלימוד:** הרצאות ושיעורים המיוחדים לאימון נשים ונערות בספורט, היבטים מדעיים, היבטים רפואיים, היבטים פסיכולוגיים, היבטים סוציולוגיים באימון ספורטאיות.  
**קהל היעד:** מאמנים ובעלי תפקידים מקצועיים העוסקים באימון ספורטאיות או המעוניינים להתמחות בכך.  
**תנאי קבלה:** מאמנים ומדריכים מוסמכים בכל ענפי הספורט, בעלי תפקידים בספורט נשים. מועמדים שאינם עומדים בתנאי הקבלה יגישו בקשה לוועדת חריגים בהתאמה.  
**תעודת גמר:** לעומדים בדרישות הקורס תוענק תעודת "התמחות באימון ספורטאיות".  
**היקף:** 120 שעות (4 ש"ש).

יום ו'	שנתי	08:30 - 13:00	קוד: 8600	מחיר: 3,450 ₪
החל מנובמבר 2010 ועד מאי 2011.				

## ניהול בכיר בספורט (בשיתוף עם איגודי הספורט)

**מרכז הקורס: ד"ר איציק בן-מלך**  
**מרצים: מומחים מישראל ומחו"ל**

**מטרת הקורס:** הקניית ידע, כלים ואמצעים בניהול ארגוני, בניהול מסחרי ובניהול כלכלי הכשרה והסמכה בניהול בכיר בספורט.

- הקניית ידע והעשרה לבעלי התפקידים הבכירים.
- הסמכה על ידי מוסד אקדמי והתאחדויות הספורט בישראל, ובתיאום עם מנהל הספורט.
- מפגשים בין בעלי תפקידים בספורט.

**נושאי הלימוד:** שיווק, פירסום, יחסי ציבור, ניהול מועדון וקבוצת ספורט, שיווק וחסויות, מלכ"ר וחוק הספורט, יחסי גומלין עם הרשות המקומית, יחסי גומלין עם התקשורת, ניהול כוח אדם, בקרה תקציבית. בקורס יתקיימו סדנאות וסיוורים מקצועיים.

**קהל היעד:** בעלי תפקידים בכירים במועדונים ובהתאחדויות ספורט ובעלי רקע מתאים.  
**תעודת גמר:** לעומדים בדרישות הקורס תוענק תעודת "מנהל בכיר בספורט".  
**היקף:** 120 (4 ש"ש).

יום ב'	שנתי	13:00 - 15:00	קוד: 8605	מחיר: 4,450 ₪
החל מנובמבר 2010 ועד יוני 2011.				

# מנהל מקצועי וארגוני במחלקות נוער (בשיתוף עם איגוד הכדורסל)

**מרכזי הקורס: ד"ר איציק בן-מלך**

**מרצים: צוות מומחים מישראל ומחול**

**מטרת הקורס:** הכשרה והסמכה של מנהלים מקצועיים וארגוניים במחלקות נוער.

**נושאי הלימוד:** ניהול, שיווק, תורת האימון, היבטים מקצועיים וארגוניים בניהול צוות מאמנים, יחסי גומלין עם המועדון, יחסי גומלין עם גופים ומוסדות.

**קהל היעד:** מנהלים מקצועיים וארגוניים במחלקות נוער ליגות בכירות, מאמנים בעלי ניסיון רב המעוניינים בניהול מקצועי.

**תעודת גמר:** לעומדים בהצלחה בדרישות הקורס תוענק תעודת "מנהל מקצועי וארגוני במחלקות נוער" מטעם המכללה האקדמית בווינגייט ואיגוד הכדורסל.  
**היקף:** 120 שעות (4 ש"ש).

יום ב'	שנתי	12:00 - 16:00	קוד: 9273	מחיר: 4,450 ₪
החל מאוקטובר 2010 ועד מאי 2011.				

## תקשורת ספורט

**מרכזי הקורס: ד"ר איציק בן מלך ואבי ברזילי**

**צוות המרצים:** כוכבי ערוץ הספורט, בכירי עיתונות הספורט ועסקנים ופרשנים בכירים בענפי הספורט השונים

**מטרת הקורס:** הכשרת כוח אדם מיומן לעיתונות הספורט בארץ על כל גווניה.

**נושאי הלימוד:** עריכת חדשות (מילולי), עריכת ידיעות מצולמות וכתבות לחדשות הספורט, הכנת תקצירים למשחקי ספורט לשידור במהדורות חדשות ספורט בטלוויזיה ובאינטרנט, כתיבה ועריכה של ידיעות ודיווחי ספורט למדור ספורט בעיתונות הכתובה.

**קהל היעד:** חובבי ספורט ותקשורת ספורט המעוניינים להשתלב בעיתונות הספורט בארץ.  
**תעודת גמר:** הסמכה לעורך ספורט בטלוויזיה, באינטרנט ובעיתונות הכתובה.  
**היקף:** 256 שעות.

יום ד'	שנתי	13:00 - 18:00 16:00 - 21:00 א	קוד: 9418	מחיר: 14,950 ₪
החל מאוקטובר 2010.				

# קורסים להעשרת מאמני ספורט תחרותי והישגי

חדש!

## קורס להעשרה בנושאים פסיכולוגיים

**מרכזי הקורס:** ד"ר איציק בן מלך וצוות מומחים

**מטרת הקורס:** העשרה בידע ובמידע של מאמנים בנושאים פסיכולוגיים וחברתיים.

**נושאי הלימוד:** היבטים מנטליים וסוציאליים באימון, הכנה מנטלית למשחק/תחרות, התמודדות עם היבטים סביבתיים (הורים, חברים, תקשורת), התמודדות עם הצלחות וכישלונות.

**תנאי הקבלה:** לקורס יתקבלו מאמני ספורט, מורים לחינוך הגופני וסטודנטים הלומדים בשנה ד במכללה.

**תעודה גמר:** לעומדים בדרישות הקורס תוענק תעודת השתתפות.

**היקף:** 60 שעות (12 מפגשים).

יום ו' פברואר - אפריל 2011 08:30 - 12:30 קוד: 9421 מחיר: 1,450 ₪

חדש!

## קורס להעשרה בכושר גופני וקואורדינציה

**המורה:** ד"ר איציק בן-מלך וצוות מורים

**מטרת הקורס:** הכשרת מאמנים ומורים לחינוך הגופני באימון קואורדינציה בספורט התחרות.

**נושאי הלימוד:** יסודות הכושר הגופני והקואורדינציה, שיטות אימון ואמצעי אימון בקואורדינציה. הלימודים הם עיוניים ומעשיים.

**תנאי הקבלה:** לקורס יתקבלו מאמני ספורט, מורים לחינוך הגופני וסטודנטים הלומדים בשנים ג - ד ומאמני ספורט.

**תעודה גמר:** לעומדים בדרישות הקורס תוענק תעודת השתתפות.

**היקף:** 60 שעות (5 ש"ש).

יום ו' אפריל-יוני 2011 08:30 - 12:30 קוד: 9107 מחיר: 1,450 ₪



## טופס הרשמה לשנה"ל תשע"א

שם הקורס:

3 השם הפרטי

2 שם המשפחה

1 מ.ת. הזהות/הזרכון

5 שם המשפחה הקודם

4 המין

1	ז
2	נ

7 המיקוד

6 הכתובת הקבועה




טלפון בעבודה

טלפון נייד

8 טלפונים

טלפון בבית

9 כתובת הדואר האלקטרוני

E-mail:

10 תאריך הלידה האזרחי

שנה חודש יום

יש למלא את הטופס משני צדדיו  
ולשלוח לפקס מס. 09-8639326

## התחייבות והצהרה

הנני מתחייב/ת למלא אחר תקנות המכללה ולעמוד בכל החלטותיה במשך תקופת לימודיי במכללה, ובקשר לכך הנני מתחייב/ת לשלם במלואם ובמועד את התשלומים, כפי שנקבעו ו/או ייקבעו על ידיכם ובתוספת הפרשי הצמדה למדד ו/או ריבית, כפי שתהיה נהוגה במכללה באותה עת, ומעת לעת, כאשר הבסיס הינו מדד חודש אפריל 2010. תהלת המכללה רשאית לשנות את שיעורי התשלומים, את תנאיהם ואת מועדיהם.

אם לא אעמוד בתשלומים במלואם או במועד הנקוב לתשלומם, תהיו רשאים להפסיק את לימודיי מבלי לפגוע בזכותכם לכל סעד אחר, ומבלי שיהא בכך כדי לפטור אותי מתשלום לפי כללי המכללה, בתוספת ריבית פיגורים בשיעור שייקבע על ידי המכללה באותה עת.

ידוע לי והנני נותן/ת, הסכמתי כי אם לא יוסדר התשלום בין דמי ההשתתפות עד מועד פתיחת הקורס בהוראת קבע/באמצעות קרן השתלמות (למורים בשבתון)/באמצעות מיקדון צבאי, ייגבה התשלום באמצעות כרטיס האשראי שמופיע בטופס הרישום.

ידוע לי והנני מסכים/ה, כי תכנית הלימודים כמפנה לשינויים, לרבות החלפת המורים וצוות מפעילי הקורסים. השתלמות עבור קורסים שנלמדו בעבר.

הנני מתחייב/ת להמציא אישור הצהרה פומאי חתום על ידי רופא המאשר את כשירותי לעסוק בפעילות נופתית עד למועד תחילת הקורס. ידוע לי שהאחריות למסירת האישורים הללו חלה עלי. ידוע לי כי אי המצאת האישורים עלולה לגרום לביטול לימודיי, ובכל מקרה אני אשא במלוא האחריות לכל תוצאה שתיוגרו לי, בעקבות מצב בריאותי אשר לא דווח למכללה, כאמור לעיל.

לאחר שקראתי כתב התחייבות זה בעיון וכן את ידיעון ביה"ס להשתלמויות של המכללה לשנה"ל תשע"א, והבנתי את תוכנם ואת המשמעויות הנובעות מהם, הנני מאשר/ת בחתימתי, ומרצוני החופשי, את הסכמתי ואת החתיבותי לכל האמור.

חתימת הנרשם

תאריך מילוי הטופס

חתימת מרכז תכנית הלימודים

תאריך הרישום

## סדרי התשלום

ראה הפרק הון בסדרי התשלום בידיעון בתי הספר ללימודי תעודה ולהשתלמויות:

א. דמי הרישום ישולמו באמצעות כרטיס אשראי.

ב. את דמי ההשתתפות בקורסים אבקש לשלם באמצעות: (סמן X במקום המתאים)

כרטיס אשראי (ניתן לשלם בתשלומים)

הוראת קבע (יש לצרף את סכף הוראת הקבע כשהוא חתום ע"י הבנק, ניתן לשלם עד 5 תשלומים ובלבד שהתשלום האחרון יבוצע לפני תום

הלימודים בקורס). ניתן "להוריד" טפסים באתר המכללה, ולהחתימם בבנק ולהחזירם למכללה לא יאוחר משבועים לפני תחילת הלימודים (אתר

המכללה: [www.wincol.ac.il](http://www.wincol.ac.il)). הנני מסכים/ה, כי אם לא יוסדר התשלום בהוראת קבע עד מועד פתיחת הקורס, ייגבה התשלום באמצעות כרטיס

האשראי שמופיע בטופס הרישום.

קרן השתלמות (למורים בשבתון)

מיקדון צבאי

ג. במקרה של חזרי תשלומים אבקש לזכות את חשבון הבנק שלהלן:

שם הבנק \_\_\_\_\_ מספר הבנק \_\_\_\_\_

שם הסניף וכתובתו \_\_\_\_\_

מספר הסניף \_\_\_\_\_ מספר חשבון הבנק \_\_\_\_\_

חתימת המשתלם

## פרטי כרטיס האשראי

סוג הכרטיס: 

1	ויזה
2	אשראי
3	אחר

 שם המשתלם: \_\_\_\_\_

מס' הכרטיס \_\_\_\_\_

תוקף הכרטיס \_\_\_\_\_

שם בעל הכרטיס \_\_\_\_\_ ת.ז. \_\_\_\_\_

אפשרויות התשלום (סמן x במקום המתאים):

דמי רישום:

דמי רישום בלבד (תשלום אחד)

שכר לימוד:

תשלום אחד

בתשלומים, מס' התשלומים המבוקש: \_\_\_\_\_ (10 תשלומים שווים לכל היותר)

"ויזה קרדיט" - מספר התשלומים המבוקש: \_\_\_\_\_

"אשראי קרדיט" - מספר התשלומים המבוקש: \_\_\_\_\_

חתימת בעל הכרטיס



# הנחיות כלליות

## סדרי ההרשמה

ההרשמה כרוכה במילוי טופס הרשמה, חתימה על טופס הצהרה רפואית והסדרת התשלום.

### 1. מילוי טופס ההרשמה

יש להקפיד למלא את כל הפרטים בטופס: פרטים אישיים, שמות הקורסים ומספריהם. רצוי לרשום גם קורסים בעדיפות ב למקרה שהקורסים בעדיפות א מלאים. יש לחתום על ההתחייבות ועל הצהרה. יש לחתום בתחתית הטופס.

### 2. אישורים רפואיים

משתלמים מחויבים להמציא אישור רפואי חתום בידי רופא המעיד על כשירותם לעסוק בפעילות הגופנית. אי-המצאת טופס אישור רפואי עלול לגרום לביטול ההרשמה. משתלמת בהיריון מנועה מלהשתתף בשיעורים מעשיים אלא אם תמציא אישור מהרופא המתיר לה להשתתף בקורס או בקורסים שיצינו באישור. במקרה זה תחתום המשתלמת על טופס "זיתור תביעה". האחריות למילוי הטופס ולחתימה עליו חלה על המשתלמת. משתלמת שלא תודיע על הריונה תהיה האחראית הבלעדית לכל הנזקים שעלולים להיגרם לה.

### 3. הסדרת התשלום

יש להסדיר את התשלום לפי המפורט בפרק "סדרי התשלום".

#### הרשמה במשרדי בתי הספר ללימודי תעודה ולהשתלמויות

- יש למסור במשרד את טופס ההרשמה מלא וחתום.
- יש למסור במשרד את טופס הצהרה הרפואית כשהוא חתום.
- יש להסדיר את תשלום דמי ההרשמה ודמי ההשתתפות בקורסים באמצעות כרטיס אשראי או בהוראת קבע, לפי המפורט בפרק על סדרי התשלום.

#### הרשמה באמצעות הטלפון או הפקס

- לפני ההרשמה הטלפונית יש למלא את טופס ההרשמה ואת פרטי כרטיס האשראי.
- ההרשמה לקורסים תיעשה באמצעות הטלפון/הפקס.
- לאחר העברת פרטי ההרשמה באמצעות הטלפון או הפקס יש לשלוח לבתי הספר ללימודי תעודה ולהשתלמויות את טופס ההרשמה ואת טופס הצהרה הרפואית המקוריים, לצורך קליטת כל הפרטים במחשב ולצורך מתן תוקף להרשמה.

### 3. הרשמה באמצעות הדואר

יש לשלוח למשרדי בית הספר את טופס ההרשמה המלא וחתום ואת טופס הצהרה הרפואית החתום.

### 4. ההרשמה באמצעות האינטרנט היא על פי ההנחיות המופיעות באתר.

"דמי ההשתתפות בקורסים" - דמי ההשתתפות בכל קורס נקבעו על ידי המכללה. הנהלת המכללה רשאית לשנות את שיעור דמי ההשתתפות בקורסים, את תנאי התשלום ואת מועדיו, לפי שיקול דעתה.

### 2. פירוט התשלומים

#### דמי רישום

- דמי רישום בסך 195 ש"ח (או סכומים אחרים המופיעים בדפי המידע של הקורסים השונים) ישולמו במועד ההרשמה באמצעות כרטיס אשראי.
- דמי רישום בקורסים רב-שנתיים ייגבו רק בשנה הראשונה.
- בכל מקרה של ביטול הרשמה או ביטול לימודים על ידי המשתלם, לא יוחזרו דמי הרישום.
- אם תבטל המכללה את כל הקורסים שאליהם נרשם המשתלם, יוחזרו דמי הרישום.

#### מועדי הגבייה בהוראת קבע בבנק

התשלומים ייגבו בכל 16 בחודש, החל ב-16 באוקטובר 2010, החל מהחודש הראשון שלאחר קבלת ספח "אישור הבנק", כשהוא חתום על ידי הבנק, כנדרש. משתלמים שיהיו מעוניינים לסלק את יתרת חובם למכללה בתשלום אחד במשך השנה יוכלו לעשות זאת ביחידה לשכר לימוד. במקרה שתשלום כלשהו לא יכובד על ידי הבנק, יעמוד החוב לפירעון מידי, במזומן, ביחידה לשכר לימוד בתוך שבעה ימים בתוספת הפרשי הצמדה ו/או ריבית ודמי גבייה, כפי שייקבעו מעת לעת במכללה.

#### תשלום באמצעות כרטיס אשראי

התשלום באמצעות כרטיס אשראי מצריך קיום מסגרת אשראי בגובה עסקת האשראי כולה בבנק שבו מתנהל החשבון. על המשתלם לוודא בבנק שאכן קיימת מסגרת אשראי, כדי להבטיח את אישור העסקה על ידי חברת האשראי. אפשר לשלם את דמי ההשתתפות בקורסים באמצעות כרטיס אשראי, עד 10 תשלומים שווים (ללא ריבית והצמדה) או בהסדר "קרדיט". התשלום ב"קרדיט" אפשרי לפי ההסדרים שבין המשתלם לבין חברות האשראי. החיוב הראשון באמצעות כרטיס האשראי יבוצע במועד החיוב הקרוב למועד ההרשמה. משתלם המבקש לבטל מכל סיבה שהיא הוראת חיוב שבוצעה באמצעות כרטיס האשראי, ישלם גם את העמלות ששילמה/תשלם המכללה לחברת האשראי בגין ביטול עסקת האשראי הכוללת, בתוספת דמי ביטול בסך של 40 ש"ח. החזר כספי בגין קורס שבוטל על ידי המכללה יזכה את המשתלם בהחזר כספי מלא (ללא קיזוז עמלות).

## ביטול הרשמה ו/או הפסקת לימודים

בתי הספר ללימודי תעודה ולהשתלמויות שומרים לעצמם את הזכות לא לפתוח קורס מכל סיבה שהיא. במקרה כזה יוחזרו לנרשמים דמי ההרשמה ושכר הלימוד (אם שולמו). על ביטול הרשמה או על הפסקת הלימודים יש להודיע בכתב להנהלת בית הספר. המועד הקובע לעניין חישוב החוזרים או החיובים יהיה התאריך של קבלת ההודעה בכתב, במשרד בית הספר. החזר הכספי יבוצע באמצעות העברה בנקאית בלבד בתוך 30 יום מתאריך קבלת ההודעה על ביטול הלימודים אל חשבון הבנק שצוין בטופס ההרשמה. במקרה שסטודנט יבטל את הרשמתו או יפסיק את לימודיו באופן מלא או חלקי, יוחזרו דמי ההשתתפות על פי הכללים האלה:

- ביטול ההרשמה עד שבועיים (14 יום) לפני מועד פתיחת הקורס יזכה את הנרשם במלוא דמי ההשתתפות, אם שולמו.
- ביטול ההרשמה שבועיים (14) לפני מועד פתיחת הקורס ועד יום פתיחת הקורס יחייב את הנרשם בתשלום של 10% מגובה דמי ההשתתפות של אותו קורס.
- הפסקת הלימודים עד חודש ממועד פתיחת הקורס תחייב את הסטודנט בתשלום של 25% מגובה דמי ההשתתפות של אותו קורס.
- הפסקת הלימודים חודש ממועד פתיחת הקורס ועד חודשיים ממועד פתיחת הקורס תחייב את הסטודנט בתשלום של 50% מגובה דמי ההשתתפות של אותו קורס.
- הפסקת הלימודים חודשיים ממועד פתיחת הקורס ועד שלושה חודשיים ממועד פתיחת הקורס תחייב את הסטודנט בתשלום של 75% מגובה דמי ההשתתפות של אותו קורס.
- הפסקת הלימודים שלושה חודשים ומעלה ממועד פתיחת הקורס תחייב את הסטודנט בתשלום מלוא דמי ההשתתפות של אותו קורס

## גמול השתלמות

מורים לחינוך גופני יוכלו להגיש בקשה לגמול במסלול האישי על פי הנהלים המופיעים בידעון תשע"א.

# המרכז לרפואה ולמתודיקה בספורט במכללה האקדמית בוינגיט עורך מבדקים ובקרה במטרה: לייעץ, לסייע ולהעשיר את תהליך האימונים.

## השירותים:

### בדיקות כושר גופני

בדיקות מהירות, זריזות, כוח מתפרץ, סבולת שרירים, גמישות, סבולת לב ריאה, קואורדינציה.



### בדיקות אנטרונומטריות

משקל, גובה, אחוזי שומן, חיזוי גובה לילדים.



### ייעוץ תזונתי

ניתוח מצב תזונתי והיקף פעילות גופנית, ייעוץ והרצאות בנוגע למרכיבי מזון ותוספי מזון.



### ייעוץ מנטאלי

ניתוח מצב ותכונות אישיות, ייעוץ והרצאות.



המבדקים והייעוץ במכללה האקדמית בוינגיט או במועדון. חוברת סיכום וניתוח מבדקים כולל ייעוץ לתכנית האימונים תינתן למאמן מיד לאחר המבדקים.

## לכרטיס נוספים ולהרשמה:

המכללה לחינוך גופני ולספורט  
ע"ש זינמן במכון וינגייט בע"מ חל"צ



## המרכז לרפואה ולמתודיקה בספורט

טל': 09-8639213

פקס: 09-8639326

kbmyn@wincol.ac.il