

| סניף אם המושבות | | | | | | | | | |
|--|--|---|---|--|--|---|--|---|--|
| חמישי | | רביעי | | שלישי | | שני | | ראשון | |
| 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 |
| 15:15-16:00 קפוארה ה-ו קבוצת ליונה בוי | | 15:15-16:00 אקרובטיקה ה-ו ביני | | | 15:00-15:45 אקרובטיקה אווירית ערסלים ד-ו נלי | 15:15-16:00 אקרובטיקה ה-ו בוי | | 15:15-16:00 קפוארה ה-ו קבוצת אנגולה ביני | |
| 16:45 - 16:00 קפוארה נ-ד קבוצת בוניטו בוי | 16:45 - 16:00 HipOp נ-ד קבוצת ליוניור רותם | 16:45 - 16:00 אקרובטיקה נ-ד ביני | 16:45 - 16:00 HipOp נ-ד קבוצת האניז רותם | | 16:30 - 15:45 אקרובטיקה אווירית ערסלים א-נ נלי | 16:45 - 16:00 אקרובטיקה נ-ד בוי | 16:45 - 16:00 HipOp נ-ד קבוצת ליוניור נני | 16:45 - 16:00 קפוארה נ-ד קבוצת סמבדה ביני | 16:45 - 16:00 HipOp נ-ד קבוצת האניז רותם |
| 16:45-17:30 קפוארה 3-4 קבוצת קטע נ'ינס בוי | 16:45-17:30 HipOp א-ב קבוצת מיני רותם | 16:45-17:30 קפוארה 4-6 קבוצת מיאלואה ביני | 16:45 - 17:30 HipOp א-ב קבוצת קנדיז רותם | | 16:45-17:30 מחולצ'יק קבוצת צעירה 3-4 לימור | 16:45-17:30 קפוארה 3-4 קבוצת פולה בוי | 16:45-17:30 HipOp א-ב קבוצת מיני נני | 16:45-17:30 קפוארה 3-4 קבוצת בימבה ביני | 16:45 - 17:30 HipOp א-ב קבוצת קנדיז רותם |
| 17:30-18:15 קפוארה 4-6 קבוצת נאטו בוי | 17:30-18:15 HipOp ה-ו קבוצת פייטרס רותם | 17:30-18:15 קפוארה 3-4 קבוצת פראללה ביני | 17:30-18:15 HipOp ה-ו קבוצת סנאקס רותם | | 17:30-18:15 מחולצ'יק קבוצת בוגרת 4-5 לימור | 17:30-18:15 קפוארה 4-6 קבוצת דנסה בוי | 17:30-18:15 HipOp ה-ו קבוצת פייטרס נני | 17:30-18:15 קפוארה 4-6 קבוצת בטוקדה ביני | 17:30-18:15 HipOp ה-ו קבוצת סנאקס רותם |
| 18:15-19:00 קפוארה א-ב קבוצת סקיבה בוי | 19:15 - 18:30 HipOp חטיבה קבוצת מאנסטרס רותם | 18:15-19:00 אקרובטיקה א-ב ביני | 19:00 - 18:15 אקרובטיקה חטיבה בוי | | 18:15-19:00 טרום היפ הופ 6-8 לימור | 18:15-19:00 אקרובטיקה א-ב בוי | 19:15 - 18:30 HipOp חטיבה קבוצת מאנסטרס נני | 18:15-19:00 קפוארה א-ב קבוצת פאנצ'י ביני | |
| 22:00 - 19:00 לטיני בוגרים 058-5662999 | 20:15 - 19:15 מעין הכושר והאושר בוגרים 0507703613 | 22:00 - 19:00 לטיני בוגרים 058-5662999 | 19:00-20:00 היפהופ נשים מתחילות ענבר 0542211462 | 22:00 - 19:00 לטיני בוגרים 058-5662999 | 19:00-20:00 יונה בוגרים יפעת 052-8601185 | 22:00 - 19:00 לטיני בוגרים 058-5662999 | 20:15 - 19:15 מעין הכושר והאושר בוגרים 0507703613 | 19:00-20:00 קפוארה חטיבה קבוצת בטריה ביני | |
| | | | 20:30-21:30 היפהופ נשים מתקדמות/ענבר 0542211462 | | 20:00-21:00 יונה בוגרים יפעת 052-8601185 | | 20:30-21:30 היפהופ ענבר 0542211462 | | |