



ינואר 2023

שבת	יום שישי	יום חמישי	יום רביעי	יום שלישי	יום שני	יום ראשון
7	6 מוקדמות צעירים חלק א'	5 מוקדמות צעירים חלק א'	4	3	2	1
14	13 מוקדמות צעירים חלק ב'	12 מוקדמות צעירים חלק ב'	11	10	9	8
21 ליגה 2 - 50 מ' גיל 12 ועד בוגרים	20 ליגה 2 - 50 מ' גיל 12 ועד בוגרים	19	18	17	16	15
28	27 אליפות ישראל ל- 5 ק"מ וינגייט	26	25	24	23	22
4	3	2	1	31	30	29
					הערות	5
					6	



פברואר 2023

שבת	יום שישי	יום חמישי	יום רביעי	יום שלישי	יום שני	יום ראשון	
4 אליפות מאסטרס	3 אליפות מאסטרס	2	1	31	30	29	
11	10	9	8	7	6 ט"ו בשבט	5	
18 אליפות נתניה	17 אליפות נתניה	16	15	14	13	12	
25	24	23	22	21	20	19	
4	3	2	1	28	27 אליפות ישראל 5 ק"מ + 1.5 ק"מ לצעירים ועד מאסטרס	26	
					הערות	6	5



מרץ 2023

שבת	יום שישי	יום חמישי	יום רביעי	יום שלישי	יום שני	יום ראשון
4	3	2	1	28	27	26
11	10	9	8 חופשת פורים	7 חופשת פורים	6 חופשת פורים	5
18	17	16	15	14	13	12
25 אליפות עמק חפר	24 אליפות עמק חפר	23	22	21	20	19
1	31	30	29	28	27	26
					הערות	3
						2



אפריל 2023

שבת	יום שישי	יום חמישי	יום רביעי	יום שלישי	יום שני	יום ראשון	
1 חופשת פסח	31 חופשת פסח	30 חופשת פסח	29 חופשת פסח	28 חופשת פסח	27	26	
8 חופשת פסח	7 חופשת פסח	6 חופשת פסח	5 חופשת פסח	4 חופשת פסח	3 חופשת פסח ליגה 3 - 50 מ' בוניגייט לגלאי 12 ועד בוגרים	2 חופשת פסח	
15	14	13 חופשת פסח	12 חופשת פסח	11 חופשת פסח	10 חופשת פסח	9 חופשת פסח	
22 גביע האיגוד	21 גביע האיגוד	20 גביע האיגוד	19	18	17	16	
29	28	27 חופשת יום העצמאות	26 חופשת יום העצמאות	25	24	23	
					הערות	1	30



מאי 2023

שבת	יום שישי	יום חמישי	יום רביעי	יום שלישי	יום שני	יום ראשון
6 גביע האביב גבולות	5 גביע האביב גבולות	4	3	2	1	30
13	12	11	10 חופשת ל"ג בעומר	9 חופשת ל"ג בעומר	8	7
20 גביע חיפה	19 יום ירושלים גביע חיפה	18	17	16	15	14
27 חופשת חג שבועות	26 חופשת חג שבועות	25 חופשת חג שבועות	24	23	22	21
3	2	1	31	30	29	28
				הערות	5	4



יוני 2023

שבת	יום שישי	יום חמישי	יום רביעי	יום שלישי	יום שני	יום ראשון
3 ליגה 4 - 50 מטר יונגייט לגלאי 12 עד בוגרים	2 ליגה 4 - 50 מטר יונגייט לגלאי 12 עד בוגרים	1	31	30	29	28
10	9	8	7	6	5	4
17	16	15 טריילז - אליפות ישראל בוגרים	14 טריילז - אליפות ישראל בוגרים	13 טריילז - אליפות ישראל בוגרים	12 טריילז - אליפות ישראל בוגרים	11
24 מוקדמות אליפות צעירים - חלק א'	23 מוקדמות אליפות צעירים - חלק א'	22	21	20	19	18
1 מחנה אימונים חול'ל - בוגרים	30 מחנה אימונים חול'ל - בוגרים	29 מוקדמות אליפות צעירים - חלק ב' + מחנה אימונים חול'ל - בוגרים	28 מוקדמות אליפות צעירים - חלק ב' + מחנה אימונים חול'ל - בוגרים	27 מחנה אימונים חול'ל - בוגרים	26	25
הערות					3	2



יולי 2023

שבת	יום ששי	יום חמישי	יום רביעי	יום שלישי	יום שני	יום ראשון
1 אליפות אירופה נוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	30 אליפות אירופה נוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	29 אליפות אירופה נוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	28 אליפות אירופה נוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	27 מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	26	25
8 מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	7 מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	6 מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	5 מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	4 מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	3 אליפות אירופה נוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	2 אליפות אירופה נוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים
15 אליפות מאסטרס + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	14 אליפות מאסטרס + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	13 מחנה אימונים חו"ל - צעירים	12 מחנה אימונים חו"ל - צעירים	11 מחנה אימונים חו"ל - צעירים	10 מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	9 מחנה אימונים חו"ל - בוגרים
22	21	20 אליפות ישראל לנוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	19 אליפות ישראל לנוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	18 אליפות ישראל לנוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	17 אליפות ישראל לנוער + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים	16 אליפות ישראל דרג ב' + מחנה אימונים חו"ל - בוגרים
29	28	27 אליפות ישראל גלאים 12-16	26 אליפות ישראל גלאים 12-15	25 אליפות ישראל גלאים 12-14	24 אליפות דרום לגלאי 10-12	23 אליפות צפון לגלאי 10-11
הערות					31	30