

جدول زمانبندی فعالیت‌های فوق برنامه کارکنان و دانشجویان

ویژه بانوان - نیمسال اول تحصیلی ۹۹ - ۹۸

ردیف	رشته ورزشی	ساعت	روز	اسامی مربی	مکان
۱	والیبال	۱۲ - ۱۴	یکشنبه و سه‌شنبه	خانم زمانه مرادی	سالن ۱
۲	آمادگی جسمانی	۱۲ - ۱۴	یکشنبه و سه‌شنبه	خانم عبدالله پور	سالن ۲
۳	بسکتبال	۱۲ - ۱۴	یکشنبه و سه‌شنبه	خانم راضیه رئیسیان	سالن ۱
۴	ایروبیک	۱۲ - ۱۴	دوشنبه و چهارشنبه	خانم ریحانه صالحی‌زاده	سالن ۲
۵	پیلاتس	۱۲ - ۱۴	دوشنبه و چهارشنبه	خانم سحر خلیلی	سالن ۲
۶	بدنسازی - شکم و پهلو (CX)	۱۲ - ۱۴	یکشنبه و سه‌شنبه	خانم فائزه معصومی	سالن ۲
۷	یوگا	۱۲ - ۱۴	شنبه (سالن ۱) و چهارشنبه (سالن ۲)	-	سالن ۱ و ۲
۸	بدمینتون	۱۲ - ۱۴	دوشنبه و چهارشنبه	خانم اعظم فضلی	سالن ۲
۹	شنا	۱۲ - ۱۴	یکشنبه و سه‌شنبه	-	استخر
۱۰	بادی بالانس	۱۲ - ۱۴	یکشنبه و سه‌شنبه	خانم سمیرا قاسمی	سالن ۲
۱۱	تیراندازی	۱۲ - ۱۴	شنبه و دوشنبه و چهارشنبه	خانم هلیا همایی	سالن ۲

- ثبت نام در محل مربوطه و در همان روز بصورت رایگان انجام می‌شود.
- تلفن تماس جهت هماهنگی: ۲۹۹۰۵۰۳۲ (خانم زندی)

مرکز تربیت بدنی دانشگاه - اداره ورزش همگانی