

برنامه ترم پاییز مجموعه ورزشی **پردیس نسیمه** ۱۳۹۸ کلاس ها ۱۲ جلسه

می باشد. برای دانشجویان پردیس نیم بها

تلفن: ۴۴۲۳۰۸۲۷

| ردیف | رشته                                | روزهای تشکیل   |  | ردیف | رشته  | روزهای تشکیل  |   |
|------|-------------------------------------|--|--|------|---|---|---|
|      |                                     | زوج  | فرد یگشنبه و سه شنبه   |      |   | زوج   | فرد یگشنبه و سه شنبه  |
| ۱    | ایروبیک و کار بادستگاه<br>۱/۵۰۰/۰۰۰ | ۸-۹/۳۰<br>استاد ترحمی<br>۹/۳۰-۱۱<br>۱۱-۱۲/۳۰<br>استاد طباطبایی<br>۱۶-۱۷/۳۰<br>استاد صدراپی | ۹-۱۰/۳۰<br>۱۰/۳۰-۱۲<br>استاد رجبی<br>۱۶-۱۷/۳۰<br>استاد خندان | ۵    | ژیمناستیک<br>مبتدی ۲/۰۰۰/۰۰۰<br>پیشرفته ۲/۳۰۰/۰۰۰ | ۱۴-۱۵/۳۰<br>قهرمانی<br>۱۵/۳۰-۱۷<br>قهرمانی<br>۱۷-۱۸/۳۰<br>پیشرفته<br>استاد مسافری | فرد یگشنبه و سه شنبه<br>مبتدی ۱۴-۱۵/۳۰<br>۱۵/۳۰-۱۷<br>نیمه پیشرفته<br>۱۷-۱۸/۳۰<br>پیشرفته<br>استاد مسافری |
| ۲    | دوومیدانی<br>۱/۷۰۰/۰۰۰              | ۱۶-۱۷/۱۵<br>۱۷/۱۵-۱۸/۳۰<br>رحیم پور  | ۱۶-۱۷/۱۵<br>۱۷/۱۵-۱۸/۳۰<br>سلطانی                            | ۶    | بدمیتون<br>۲/۰۰۰/۰۰۰                              | ۱۵/۳۰-۱۷/۳۰<br>شنبه-چهارشنبه<br>استاد وحدانی                                      | -----   |
| ۳    | پیلاتس (استاد ترحمی)<br>۱/۵۰۰/۰۰۰   | ۱۱-۱۰<br>استاد ترحمی   | ۱۵-۱۶<br>استاد خندان   | ۷    |   |   | -----   |
| ۴    | یوگا (استاد ترحمی)<br>۱/۵۰۰/۰۰۰     | -----  | ۸-۹/۳۰<br>پیشرفته<br>۹/۳۰-۱۱<br>مبتدی                        | ۸    |   |   |   |