

برنامه ترم تابستانی مجموعه ورزشی **پردیسی فسیبه** ۱۳۹۷ کلاس ها ۱۲ جلسه
می باشد.

ردیف	رشته	روزهای تشکیل		ردیف	رشته	روزهای تشکیل	
		فرد یکشنبه و سه شنبه	زوج			فرد یکشنبه و سه شنبه	زوج
۱	اسکیت ۲/۰۰۰/۰۰۰	۸-۹:۱۵ ۹:۳۰-۱۰:۴۵ ۱۱-۱۲:۱۵	۹:۳۰-۱۰:۴۵ ۱۱:۰۰-۱۲:۱۵ ۱۲:۳۰-۱۴:۰۰ ۱۴:۰۰-۱۸:۰۰ ۱۱:۰۰-۱۲:۱۵	۷	ژیمناستیک ۱/۵۰۰/۰۰۰ ۱/۸۰۰/۰۰۰	۹:۳۰-۱۰:۴۵ ۱۱-۱۲:۱۵	۹:۳۰-۱۰:۴۵ ۱۱:۰۰-۱۲:۱۵ ۱۲:۳۰-۱۴:۰۰ ۱۴:۰۰-۱۸:۰۰ ۱۱:۰۰-۱۲:۱۵
۲	بسکتبال ۱/۵۰۰/۰۰۰	۹-۱۰/۱۵	۹-۱۰/۱۵	۸	یوگا ۱/۲۰۰/۰۰۰	۹-۱۰/۱۵	۸:۰۰-۹:۳۰ ۹:۳۰-۱۱:۰۰ ۹:۳۰-۱۱:۰۰ ۱۱:۰۰-۱۲:۳۰ ۱۲:۳۰-۱۴:۰۰ ۱۴:۰۰-۱۸:۰۰
۳	والیبال ۱/۵۰۰/۰۰۰	۱۰:۱۵-۱۱:۳۰ ۱۱:۳۰-۱۲:۴۵ ۱۱:۳۰-۱۲:۴۵	۱۰:۰۰-۱۱:۰۰	۹	پيلاتس ۱/۲۰۰/۰۰۰	۱۰:۱۵-۱۱:۳۰ ۱۱:۳۰-۱۲:۴۵	۱۰:۰۰-۱۱:۰۰ ۱۵-۱۶
۴	دوومیدانی ۱/۲۰۰/۰۰۰	۹-۱۰:۱۵ ۱۰:۱۵-۱۱:۳۰ ۱۶-۱۷:۱۵	۸:۰۰-۹:۳۰ ۹:۳۰-۱۱:۰۰ ۱۱:۰۰-۱۲:۳۰ ۱۶-۱۷:۳۰	۱۰	ایروبیك و كار با دستگاه ۱/۲۰۰/۰۰۰	۹-۱۰:۱۵ ۱۰:۱۵-۱۱:۳۰	۹:۰۰-۱۰:۳۰ ۱۲:۰۰-۱۰:۳۰ ۱۶-۱۷:۳۰
۵	شطرنج ۱/۵۰۰/۰۰۰	۹:۳۰-۱۰:۴۵ ۱۱-۱۲:۱۵	۹:۱۵-۱۰:۱۵	۱۱	نقاشی ۱/۲۰۰/۰۰۰	-----	خوشنویسی ۱/۰۰۰/۰۰۰ ۹:۱۵-۱۰:۱۵
۶	تنیس خاکی ۳/۰۰۰/۰۰۰	۸-۹	۹:۳۰-۱۰:۴۵ ۱۱:۰۰-۱۲:۱۵	۱۲	بدمیتون ۱/۵۰۰/۰۰۰	-----	۹:۳۰-۱۰:۴۵ ۱۱:۰۰-۱۲:۱۵