

## برنامه کلاسهای ورزشی در سالن شهید موحدی

### «مخصوص پرسنل خانم»

| رشته ورزشی   | مربی             | روز              | ساعت      |
|--------------|------------------|------------------|-----------|
| بدمینتون     | خانم سلطانی      | یکشنبه و سه شنبه | ۱۲ الی ۱۴ |
| تنیس روی میز | خانم بلوچی       | یکشنبه و سه شنبه | ۱۲ الی ۱۴ |
| دارت         | خانم عابدینی     | شنبه             | ۱۲ الی ۱۴ |
| شنا          | خانم حقانی       | پنج شنبه         | ۱۱ الی ۱۳ |
| والیبال      | خانم شیری        | دوشنبه           | ۱۴ الی ۱۶ |
| شطرنج        | آقای خیری        | یکشنبه و سه شنبه | ۱۲ الی ۱۴ |
| داژبال       | خانم نظری        | یکشنبه و سه شنبه | ۱۲ الی ۱۴ |
| پیلاتس       | خانم نیکوکارزاده | یکشنبه و سه شنبه | ۱۲ الی ۱۴ |
| بدنسازي      | خانم شیری        | یکشنبه و سه شنبه | ۱۲ الی ۱۴ |

➤ روزهای یکشنبه و سه شنبه ساعت ۱۲ الی ۱۴ سالن ورزشی شهید موحدی مخصوص استفاده پرسنل خانم می باشد.

➤ ورود به سالن جهت پرسنل گرامی با کارت مخصوص سالن که می بایست از مدیریت تربیت بدنی دریافت نمایند امکان پذیر می باشد.

➤ داشتن کارت بیمه ورزشی جهت ورود به سالن و تهیه کارت الزامی است.

مدیریت تربیت بدنی