

## برنامه سالن بدنسازی پردیس مرکزی ( بهمن ماه ۹۷ )

روزهای هفته	خانمها	آقایان
شنبه	۱۱:۴۵ الی ۱۳ ۱۶:۳۰ الی ۱۷:۴۵	۱۸:۰۰ الی ۱۹:۳۰
یکشنبه		۱۶:۰۰ الی ۱۹:۳۰
دو شنبه		۱۸:۰۰ الی ۱۹:۳۰
سه شنبه		۱۶:۰۰ الی ۱۹:۳۰
چهارشنبه	۱۱:۴۵ الی ۱۳ ۱۶:۳۰ الی ۱۷:۴۵	۱۸:۰۰ الی ۱۹:۳۰

## برنامه سالن تیراندازی پردیس مرکزی

روزهای هفته	خانمها	آقایان
شنبه	۱۶:۳۰ الی ۱۷:۴۵	
یکشنبه، سه شنبه		۱۸:۳۰ الی ۱۷
دوشنبه	۱۶:۳۰ الی ۱۷:۴۵	

## برنامه سالن اصلی پردیس مرکزی

روزهای هفته	خانمها	آقایان
شنبه	۱۳:۰۰ الی ۱۱:۴۵ بدمینتون - پیلاتس	۱۸:۰۰ الی ۱۹:۳۰ فوتسال
یکشنبه		۱۷:۳۰ الی ۱۹:۳۰ والیبال
دوشنبه	۱۳:۰۰ الی ۱۱:۴۵ بدمینتون - پیلاتس	۱۶:۳۰ الی ۱۷:۴۵ بدمینتون
سه شنبه		۱۷:۳۰ الی ۱۹:۳۰ فوتسال
چهارشنبه	۱۳:۰۰ الی ۱۱:۴۵ پیلاتس	۱۶:۳۰ الی ۱۷:۴۵ تنیس سالنی

## برنامه سالن رزمی پردیس مرکزی

روزهای هفته	آقایان
یکشنبه	۱۵:۳۰ الی ۱۷:۳۰ (کشتی) ۱۷:۳۰ الی ۱۹:۳۰ (ووشو)
سه شنبه	۱۵:۳۰ الی ۱۷:۳۰ (کشتی) ۱۷:۳۰ الی ۱۹:۳۰ (ووشو)