

**برنامه تمرینی تیمها و کلاسهای آموزشی امور فوق برنامه تربیت بدنی دانشگاه جهت شرکت کلیه دانشجویان علاقمند
به رشته های مختلف ورزشی سال تحصیلی 87-88**

ایام هفته	8-10	12-10	14-12	16-18	17/45- 19	19/30 -21	20/30-22
شنبه					بسکتبال (خ) تنیس روی میز (خ) تکواندو (خ) کاراته (خ)	تنیس روی میز (ب) بدنسازي (ب) کشتي کاراته (ب)	والیبال اساتید
یکشنبه					بدنسازي (خ) آیروبیك (ب)	تکواندو (ب) جودو (ب) بدنسازي (ب)	فوتسال (ب)
دوشنبه					بسکتبال (خ) تنیس روی میز (خ) تکواندو (خ) کاراته (خ)	تنیس روی میز (ب) بدنسازي (ب) کشتي کاراته (ب)	والیبال اساتید
سه شنبه					بدنسازي (خ) آیروبیك (ب)	تکواندو (ب) جودو (ب)	فوتسال (ب)
چهارشنبه					بسکتبال (خ) تنیس روی میز (خ) تکواندو (خ) کاراته (خ)	تنیس روی میز (ب) بدنسازي (ب) کشتي کاراته (ب)	والیبال اساتید
پنج شنبه					بدنسازي (خ)	تکواندو (ب) جودو (ب)	فوتسال (ب)
جمعه							