**برنامه ورزشی کارکنان و هیات علمی**

**(خانم ها)**

پاییز و زمستان 1404

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ایام هفته | ساعت | سالن |
| 1 | 4 |
| یکشنبهسه شنبه | 16:15-18:00 |  | بدنسازی |
| 16:00-17:30 |  | یوگا |
| 17:30-16:00 | ایروبیک |  |
| پنج شنبه | 11:00-09:00 | بدنسازی |

 مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه

 مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه