



برنامه تمرینات ورزشی خوابگاه‌های دختران

دانشگاه صنعتی شریف

(پاییز ۱۴۰۴)



ساعت / روز	۱۸ - ۱۹	۱۹ - ۲۰	۲۰ - ۲۱	۲۱ - ۲۲
شنبه	-	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی
یکشنبه	-	فیتنس گروهی / شهید شوریده خانم اصغری	فیتنس گروهی / طرشت ۲ خانم اصغری (۲۰:۱۵ تا ۲۱:۱۵)	-
دوشنبه	-	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی
سه شنبه	-	فیتنس گروهی / شهید شوریده خانم اصغری	فیتنس گروهی / طرشت ۲ خانم اصغری (۲۰:۱۵ تا ۲۱:۱۵)	-
چهارشنبه	-	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی	بدنسازی / طرشت ۲ خانم نظامی
پنجشنبه	-	فیتنس گروهی / شهید شوریده خانم اصغری	فیتنس گروهی / طرشت ۲ خانم اصغری (۲۰:۱۵ تا ۲۱:۱۵)	-



برای آگاهی بیشتر از اخبار و اطلاعیه‌های ورزشی به پایگاه اینترنتی و یا کانال مدیریت تربیت بدنی مراجعه فرمایید.

@sharifsports

sport.sharif.ir