



برنامه هفتگی تمرینات ورزشی (دانشجویان – دختران) تابستان ۱۴۰۵



تمامی برنامه های تمرینات هفتگی رشته های گوناگون ورزشی، در پایگاه اینترنتی مدیریت تربیت بدنی (منوی فوق برنامه) در دسترس تمامی ورزشکاران و علاقمندان قرار دارد. همچنین در صورت ایجاد هرگونه تغییر در برنامه ها، فایل های مربوطه بروزرسانی خواهند شد.

تمرینات ویژه آماده سازی تیم های ورزشی (مسابقات انتخابی المپιάد ورزشی دانشجویان سراسر کشور)

ردیف	رشته ورزشی	روزهای تمرین	ساعت تمرین	محل تمرین	مربی	سرپرست رشته
۱	بدمینتون	یکشنبه و سه شنبه	۱۷ - ۱۹	سالن چند منظوره	خانم رواقی	خانم سمواتی شریف
		پنجشنبه	۱۲ - ۱۳:۳۰			
۲	تکواندو	روزهای زوج	۷:۳۰ - ۹:۳۰	سالن سنگنوردی	خانم تاجیک	خانم سمواتی شریف
۳	تنیس روی میز	روزهای زوج و سه شنبه	۷:۳۰ - ۹:۳۰	سالن تنیس روی میز	خانم دادمرزی	خانم توانگر
۴	کاراته	روزهای زوج	۱۷ - ۱۵:۳۰	مجموعه ورزشی لیان	خانم کریمی	خانم سمواتی شریف
۵	والیبال	شنبه و چهارشنبه	۱۷ - ۱۵	سالن والیبال	خانم سرمست	خانم سمواتی شریف



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

@sharifsports

sport.sharif.ir

مدیریت تربیت بدنی دانشگاه صنعتی شریف

تاریخ ویرایش: ۱۴۰۵/۰۴/۲۷