



برنامه کلاسی ۴

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

ایام هفته	زنگ اول ۷:۳۰ - ۹:۳۰	زنگ دوم ۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	زنگ سوم ۱۲ - ۱۴	زنگ چهارم ۱۴ - ۱۶	زنگ پنجم ۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه					
یکشنبه			حرکت شناسی استاد آذر حزین		تاریخ امامت استاد رحمانی ۱۸.۳۰ - ۲۰.۳۰
دوشنبه					
سه شنبه			تغذیه ۲ استاد هاویل		
چهارشنبه			فیزیک عمومی استاد علیدادی ۱۳ - ۱۵		



برنامه کلاس های سائن (تشک) نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

ایام هفته	زنگ اول ۷:۳۰ - ۹:۳۰	زنگ دوم ۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	زنگ سوم ۱۲ - ۱۴	زنگ چهارم ۱۴ - ۱۶	زنگ پنجم ۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه		کشتی تکمیلی استاد طاهری ۱۰:۱۵	کشتی تکمیلی استاد طاهری ۱۳:۱۵	کبدی استاد بهمنی ۱۴	کبدی استاد بهمنی ۱۸
یکشنبه					
دوشنبه					
سه شنبه				ژیمناستیک (۲) استاد زیرکی ۱۴	ژیمناستیک (۲) استاد زیرکی ۱۸
چهارشنبه	کشتی استاد طاهری ۷:۳۰	کشتی استاد طاهری ۱۱:۳۰			



برنامه کلاس های سالن (توپي)

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

ایام هفته	زنگ اول ۷:۳۰ - ۹:۳۰	زنگ دوم ۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	زنگ سوم ۱۲ - ۱۴	زنگ چهارم ۱۴ - ۱۶	زنگ پنجم ۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه	آمادگی جسمانی تکمیلی استاد طاهری ۷-۱۰				
یکشنبه					
دوشنبه	ورزش تخصصی انفرادی یک استاد حاتمی ۷.۳۰ - ۱۳.۳۰				
سه شنبه	ورزش تخصصی گروهی سه استاد جلیلی ۷.۳۰ - ۱۳.۳۰		والیبال تکمیلی استاد جلیلی ۱۴ - ۱۸		
چهارشنبه	ورزش تخصصی اجتماعی یک استاد حاجیلو ۹.۱۵ - ۱۳.۱۵		ورزش تخصصی اجتماعی سه استاد شریعتی ۱۴ - ۲۰		



برنامه کلاس های استخر

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۲ - ۱۴۰۱

ایام هفته	زنگ اول	زنگ دوم	زنگ سوم	زنگ چهارم	زنگ پنجم
	۷:۳۰ - ۹:۳۰	۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	۱۲ - ۱۴	۱۴ - ۱۶	۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه	قایقرانی استاد سلیمان پور ۷:۳۰ - ۱۱:۳۰			نجات غریق استاد ابارشی	نجات غریق استاد ابارشی
یکشنبه			تمرینات با وزنه استاد مهدوی ۱۲ - ۱۶	ماساژ استاد ابارشی	ماساژ استاد ابارشی
شنبه				ورزش در آب استاد سلیمان پور	ورزش در آب استاد سلیمان پور
یکشنبه				شنا استاد واحدی	شنا استاد واحدی



برنامه کلاس سایت (کامپیوتر)

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

ایام هفته	زنگ اول ۷:۳۰ - ۹:۳۰	زنگ دوم ۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	زنگ سوم ۱۲ - ۱۴	زنگ چهارم ۱۴ - ۱۶	زنگ پنجم ۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه		نرم افزارهای تخصصی استاد پورمنتی ۱۲ - ۱۳:۴۵			
یکشنبه					
دوشنبه					
سه شنبه					
چهارشنبه					



برنامه کلاس سمعی و بصری ۱

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

ایام هفته	زنگ اول	زنگ دوم	زنگ سوم	زنگ چهارم	زنگ پنجم
	۷:۳۰ - ۹:۳۰	۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	۱۲ - ۱۴	۱۴ - ۱۶	۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه	روابط بین المللی استاد بهمنی	نظارت و ارزشیابی استاد بهمنی	مدیریت ورزشی استاد سلیمان پور		
یکشنبه	یادگیری و اجرای حرکتی استاد آذرحزین	روش تحقیق استاد پورمنی	حفظ و نگهداری اماکن استاد فروهیده	ورزش کودکان استاد پورمنی ۱۷ - ۱۴	
دوشنبه		زبان فنی استاد هاویل		آناتومی انسانی استاد هاویل	
سه شنبه			برنامه ریزی تمرین استاد آذرحزین	فیزیولوژی ۲ استاد هاویل ۱۸.۱۵ - ۱۶.۱۵	
چهارشنبه	کارآفرینی استاد دستگردی ۱۰.۳۰ - ۷.۳۰		اصول سرپرستی استاد دستگردی ۱۳.۴۵ - ۱۱.۴۵	بهداشت و صیانت استاد صادق ۱۷.۱۵ - ۱۵.۱۵	



برنامه کلاس سمعی و بصری ۲

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

ایام هفته	زنگ اول	زنگ دوم	زنگ سوم	زنگ چهارم	زنگ پنجم
	۷:۳۰ - ۹:۳۰	۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	۱۲ - ۱۴	۱۴ - ۱۶	۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه		فیزیولوژی ورزشی استاد هاویل	بیوشیمی استاد هاویل		
یکشنبه	روش های آموزش استاد فروهیده	ساختارها و ضوابط استاد فروهیده	فناوری ورزشی استاد پورمنتی	روانشناسی مربیگری استاد آذر حزین	
دوشنبه				فیزیولوژی انسانی استاد هاویل	
سه شنبه	رشد و یادگیری حرکتی استاد آذر حزین	یادگیری حرکتی استاد آذر حزین	آناتومی انسان استاد هاویل		
چهارشنبه	زبان خارجه استاد شریعتی		شیوه های بازاریابی استاد شریعتی ۱۳.۴۵ - ۱۱.۴۵	سرپرستی و مدیریت اردوها استاد دستگردی	



برنامه کلاس سمعی و بصری ۳

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

ایام هفته	زنگ اول	زنگ دوم	زنگ سوم	زنگ چهارم	زنگ پنجم
	۷:۳۰ - ۹:۳۰	۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	۱۲ - ۱۴	۱۴ - ۱۶	۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه	تغذیه ورزشی استاد هاویل	آمار استاد پورمنتی	مدیریت و اجرای مسابقات استاد بهمنی	اندیشه ۲ استاد عطائی	تفسیر موضوعی قرآن استاد عطائی
یکشنبه	سنجش استاد پورمنتی	آسیب شناسی استاد آذر حزین	آناتومی تکمیلی استاد هاویل		دانش خانواده استاد رحمانی
دوشنبه					
سه شنبه			متون خارجی استاد پورمنتی		
چهارشنبه		اندازه گیری استاد هاویل ۱۳.۴۵ - ۱۰.۴۵		بیوشیمی استاد هاویل ۱۷.۱۵ - ۱۵.۱۵	ریاضیات و آمار استاد علیدادی ۲۰.۳۰ - ۱۷.۳۰



برنامه کلاس ۳

نیمسال اول سال تحصیلی ۱۴۰۱ - ۱۴۰۲

ایام هفته	زنگ اول ۷:۳۰ - ۹:۳۰	زنگ دوم ۹:۴۵ - ۱۱:۴۵	زنگ سوم ۱۲ - ۱۴	زنگ چهارم ۱۴ - ۱۶	زنگ پنجم ۱۶:۱۵ - ۱۸:۱۵
شنبه					
یکشنبه					بهداشت، ایمنی و محیط زیست (HSE) استاد فروهیده
دوشنبه					
سه شنبه				اندیشه ۱ رحمانی	
چهارشنبه			حرکات اصلاحی استاد گرشاسبی ۱۶ - ۱۳		