

کلاس‌های پاییزی دختران

ساعت	روز	رشته
۱۹:۰۰ تا ۲۰:۰۰	فرد	فیتنس چربی سوزی
۱۸:۰۰ تا ۱۹:۰۰		آیروبیک شاد
۱۷:۴۵ تا ۱۶:۴۵		TRX
۱۲:۰۰ تا ۰۸:۰۰	فرد	بدنسازی
۱۳:۰۰ تا ۰۸:۰۰	زوج	
طبق ساعات فوق	همه روزه	
۱۴:۱۵ تا ۱۳:۰۰	فرد	شنای عمومی
۱۵:۴۵ تا ۱۴:۳۰		
۱۸:۱۵ تا ۱۷:۰۰ یکشنبه‌ها	یکشنبه و پنجشنبه	شنای کارمندی
۱۶:۱۵ تا ۱۵:۰۰ پنجشنبه‌ها		
۱۶:۴۵ تا ۱۵:۳۰	فرد	شنا نیمه خصوصی همه سنین
۱۲:۱۵ تا ۱۱:۰۰	فرد	
با هماهنگی	با هماهنگی	شنای خصوصی
۱۲:۱۵ تا ۱۱:۰۰	فرد	آبدرمانی
۱۸:۴۵ تا ۱۷:۳۰	زوج	اسکیت پایه ، تکمیلی
۱۹:۰۰ تا ۱۷:۴۵ پنجشنبه‌ها	پنجشنبه و جمعه	اسکیت خانوادگی
۱۹:۴۵ تا ۱۸:۳۰ جمعه‌ها		
۲۰:۰۰ تا ۱۸:۴۵ دوشنبه‌ها	دوشنبه و جمعه	اسکیت نمایشی سطح ۳
۱۵:۴۵ تا ۱۴:۳۰ جمعه‌ها		
۲۱:۱۵ تا ۲۰:۰۰ دوشنبه‌ها	دوشنبه و جمعه	اسکیت نمایشی سطح ۲
۱۷:۰۰ تا ۱۵:۴۵ جمعه‌ها		
۲۰:۰۰ تا ۱۸:۴۵	شنبه و چهارشنبه	اسکیت هاکی
۲۱:۱۵ تا ۲۰:۰۰ چهارشنبه‌ها	چهارشنبه و جمعه	فری استایل
۱۸:۴۵ تا ۱۷:۰۰ جمعه‌ها		

۲۰:۰۰ تا ۲۱:۱۵ شنبه‌ها	شنبه	اسکیت سرعت
۱۶:۱۵ تا ۱۷:۳۰ چهارشنبه‌ها	و چهارشنبه	
۲۱:۳۰ تا ۲۱:۱۵	یکشنبه	اسکیت کاروگرافی
باتعیین وقت قبلی		اسکیت خصوصی پایه
باتعیین وقت قبلی		اسکیت خصوصی تخصصی
۱۶:۰۰ تا ۱۷:۱۵	یکشنبه و سه شنبه	والیبال
۱۶:۰۰ تا ۱۷:۱۵ چهارشنبه‌ها	دوشنبه	بسکتبال
۱۰:۴۵ تا ۱۲:۰۰ جمعه‌ها	و جمعه	
۱۴:۰۰ تا ۱۵:۱۵	شنبه و سه‌شنبه	فوتسال
۱۷:۳۰ تا ۱۸:۴۵	شنبه و چهارشنبه	صخره نوردی
۱۱:۰۰ تا ۱۲:۱۵	فرد	بازی‌های هدفمند
۱۴:۰۰ تا ۱۵:۰۰	فرد	آیروبیک کودکان
۱۶:۳۰ تا ۱۷:۴۵		تکواندو
۱۵:۰۰ تا ۱۶:۱۵		کاراته
۱۲:۳۰ تا ۱۴:۰۰		روبیک
۱۴:۰۰ تا ۱۵:۳۰	پنجشنبه	نقاشی
۱۱:۰۰ تا ۱۲:۳۰		شطرنج
جهت کسب اطلاعات با شماره تلفن ۲۴ ۴۸۰۷۹۱ تماس حاصل فرمایید.		پینگ پنگ

لطفا برای اطلاع از شرایط ثبت نام سرویس رفت و آمد تماس حاصل فرمایید.

برای دریافت اخبار خرمشاد به وبسایت WWW.KHORAMSHAD.COM مراجعه نمایید.

مجتمع فرهنگی ورزشی
خرمشاد
KHORAMSHAD

