

ردیف	رشته	کد	روز	ساعت	محل برگزاری	مربی	شهریه (ریال)	توضیحات				
۱	آیروبیک	۲۹	فرد	۹ تا ۱۰ ۱۸۳:۳۰ تا ۱۹:۳۰	سالن A	طاهری طاهری محقق محقق قادری	۴۰۰/۰۰۰	۱ ماه				
			زوج	۹ تا ۱۰								
۲	پيلاتس	۲۹۹	شنبه و دوشنبه یکشنبه و پنجشنبه	۱۱ تا ۱۰	سالن A	مرادپور	۶۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه				
۳	بدنسازی	۳۰	فرد	۱۲ تا ۱۸	سالن بدنسازی	محقق قادری	۸۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه				
			زوج	۱۳ تا ۱۹								
			همه روزه									
۴	شنا عمومی	۵۹۶	فرد	۱۱:۱۵ تا ۱۰	با سرویس ایاب و ذهاب		۱/۹۵۰/۰۰۰	۱۲ جلسه				
				۱۶:۱۵ تا ۱۵								
				۱۱:۱۵ تا ۱۰								
		۶۰۲	شنبه و دوشنبه	۱۱:۱۵ تا ۱۰								
				۵۹۹					فرد	۱۱:۱۵ تا ۱۰		
										۱۶:۱۵ تا ۱۵		
۴۹۱	شنبه و دوشنبه	۱۱:۱۵ تا ۱۰										
۶۰۵												
۵	شنا عمومی (کارمندی)	۳۳	پنجشنبه جمعه	۱۷:۴۵ تا ۱۶:۳۰ ۱۲ تا ۱۰:۴۵	استخر		۱/۵۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه				
۶	شنا نیمه خصوصی صبحگاهی	۲۶۱	زوج یا فرد پنجشنبه و جمعه	۹:۱۵ تا ۸	با سرویس ایاب و ذهاب		۲/۴۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه (۸ تا نفر)				
				۴۵۴					شنبه و دوشنبه	۱۱:۱۵ تا ۱۰		
										۱۸ تا ۱۶:۴۵		
۷	شنا خصوصی		فرد دوشنبه و چهارشنبه	باهماهنگی قبلی	استخر		۳/۳۰۰/۰۰۰ (نفر ۳) ۳/۶۰۰/۰۰۰ (نفر ۲) ۴/۶۰۰/۰۰۰ (تک نفر ۵)	۱۲ جلسه				
									شنا خصوصی	۴۵۴	شنبه و دوشنبه	۱۱:۱۵ تا ۱۰
۸	مدرسه شنا	۳۷۹	پنجشنبه جمعه	۱۳:۴۵ تا ۱۵:۰۰ ۱۲:۱۵ تا ۱۳:۳۰	استخر		۱/۵۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه				
				۱۳:۰۰ تا ۱۱:۳۰								
۹	آبدرمانی	۶۱۰	روزهای فرد	۱۳:۰۰ تا ۱۱:۳۰	استخر		۱/۸۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه (تا ۵ نفر)				
۱۰	اسکیت پایه، تکمیلی	۲۸۷	زوج	۱۹:۳۰ تا ۱۸:۱۵			۱/۶۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه یا ۲ جلسه کفش رایگان تهیه لوازم ایمنی الزامی است				
۱۱	اسکیت خانوادگی	۱۶۳	پنجشنبه و جمعه	۲۱ تا ۱۹:۴۵			۱/۶۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه یا ۲ جلسه کفش رایگان تهیه لوازم ایمنی الزامی است				
۱۲	اسکیت نمایشی	۱۶۱	دوشنبه جمعه	۲۱ تا ۱۹:۴۵ ۱۷ تا ۱۴:۳۰	میرزازاده		۱/۸۰۰/۰۰۰	۱۰ جلسه				
				چهارشنبه جمعه					۲۱ تا ۱۹:۴۵ ۱۹:۳۰ تا ۱۸:۱۵			
			چهارشنبه جمعه						۲۲ تا ۲۱ ۱۸ تا ۱۷			
۱۴	ژیمناستیک	۱۴۶ ۴۲	فرد	۱۲:۴۵ تا ۱۰:۴۵ ۱۵ تا ۱۳:۴۵	سالن A سالن B	پورمهر	۵۰۰/۰۰۰	۱۲ جلسه				

جلسه ۴	۵۵۰/۰۰۰	ابراهیمی	سالن A	۱۴ تا ۱۲:۳۰	پنج شنبه	۴۸۸	آموزش باله	۱۵
جلسه ۱۲	۴۰۰/۰۰۰	اسبقی	سالن A	۱۶:۱۵ تا ۱۵	فرد	۶	تکواندو	۱۶
جلسه ۱۲	۴۰۰/۰۰۰	علیزاده	سالن A	۱۷:۳۰ تا ۱۶:۱۵	فرد	۳۴۶	کاراته	۱۷
جلسه ۱۲	۴۰۰/۰۰۰	چای فروش	سالن B	۱۶ تا ۱۵	فرد	۶۱۴	ایروبیک چربی سوز	۱۸
جلسه ۱۲	۴۰۰/۰۰۰	شیخی	سالن B	۱۷:۱۵ تا ۱۶	فرد	۳۶	دفاع شخصی	۲۰
جلسه ۱۲	۴۰۰/۰۰۰	کاظمی	سالن B	۱۸:۳۰ تا ۱۷:۱۵	فرد	۱۳۳	کوتکفو	۱۹
جلسه ۱۲	۵۰۰/۰۰۰	کریمی	سالن B	۱۹:۳۰ تا ۱۸:۳۰	سه شنبه و پنجشنبه	۶۱۱	ایروبیک شاد	۲۱
جلسه ۱۲	۱/۱۰۰/۰۰۰	افتخاری	چند منظوره	۱۸ تا ۱۶:۴۵	شنبه و دو شنبه	۳۱۰	والیبال	۲۲
جلسه ۱۲	۱/۲۰۰/۰۰۰	حبیب زاده	چند منظوره	۱۸ تا ۱۶:۴۵ ۱۳:۱۵ تا ۱۲	چهارشنبه و جمعه	۵۵۲	بسکتبال	۲۳
جهت کسب اطلاعات با شماره تلفن ۴۸۰۷۹۱۲۴ تماس حاصل فرمائید							پینگ پنگ	۲۴
جلسه ۱۲	۹۵۰/۰۰۰ ۱/۳۰۰/۰۰۰ ۱/۷۰۰/۰۰۰		داخل محدوده خارج محدوده خارج از محدوده دور	رفت و برگشت	سه روز	۳۲۴ ۳۲۹ ۴۲۸	سرویس	۲۵

### شرایط ثبت نام :

- ۱- به کلیه رشته ها مبلغ ۱۰۰۰۰ تومان بابت بیمه ورزشی و ۵۰۰۰ تومان بابت کارت عضویت اضافه می شود.
- ۲- غیبت در کلاس های آموزشی به هر دلیل جبرانی ندارد .
- ۳- بعد از ثبت نام شهریه به هیچ عنوان مسترد نمی گردد.
- ۴- در نگهداری کارت عضویت کوشا باشید. هزینه ی کارت المثنی ۸۰۰۰ تومان می باشد.

شماره ۵ رقمی: ۴۸۰۷۹

شماره تماس: ۴۴۴۲۱۷۰۱

آدرس: همت غرب - خیابان شاهین شمالی (کامران کبیری) - نبش ۲۰ متری گلستان