

برنامه استخر (روزهای زوج :آقایان وروزهای فرد:خانمها)

تعرفه بلیط های ورودی استخر دانشگاه علم و صنعت ایران (از تاریخ ۹۳/۵/۹)
 سانس تفریحی و فروش آزاد (شنبه-دوشنبه - چهارشنبه ۳۰:۲۲-۲۱) ۱۲۰/۰۰۰ ریال
 فروش آزاد (یکشنبه-سه شنبه - پنجشنبه ۳۰:۲۲-۲۰) ۱۵۰/۰۰۰ ریال
 فروش آزاد سانس های بیش از دو ساعت و نیم ۱۸۰/۰۰۰ ریال

ایام هفته	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنج شنبه	جمعه
8-9:30	تفریحی (آموزشی 1)	تفریحی (آموزشی 1)	تفریحی (آموزشی 1)	تفریحی (آموزشی 1)	8-9:30	واحد درسی	تمرین تیم - (آموزشی 3)
10-11:30	واحد درسی	واحد درسی	تفریحی	واحد درسی	10-11:30	واحد درسی	هیات علمی و کارکنان
13-14:30	تفریحی (آموزشی 2)	تفریحی - آموزشی	تفریحی - آموزشی	تفریحی - آموزشی	13-14:30	تفریحی (آموزشی 2)	دانشجویان - تفریحی
15-16:30	تفریحی	تفریحی	تمرین تیم - (آموزشی 3)	تفریحی	15-16:30	تفریحی	دانشجویان - تفریحی
17-18:30	هیات علمی و کارمندان	دانشجویان	هیات علمی	هیات علمی و کارمندان	17-18:30	هیات علمی و کارمندان	تفریحی
19-20:30	دانشجویان	20 الی 22:30 آقایان (فروش آزاد)	دانشجویان	هیات علمی و کارمندان	19-20:30	تفریحی	سانس آزاد (پورده) 19-22:30
21-22:30	فروش آزاد	فروش آزاد	فروش آزاد	20 الی 22:30 آقایان (فروش آزاد)	21-22:30	فروش آزاد	فروش آزاد

بهاء بلیط با اعمال تخفیف جهت دانشگاهیان علم و صنعت در سانس های تفریحی مشخص شده به شرح ذیل می باشد		
استفاده کنندگان	عضو اصلی - همسر - فرزند	همراه (پدر - مادر)
دانشجویان	ریال 15/000	ریال 70/000
استفاده کنندگان	عضو اصلی - همسر - پدر - مادر - فرزند (تحت تکفل)	همراهان تا سقف دونفر
هیات علمی (شاغل و بازنشسته)	ریال 40/000	ریال 70/000
کارمندان (شاغل و بازنشسته)	ریال 25/000	ریال 70/000
جهت استفاده از تخفیفات فوق ارائه کارت شناسایی معتبر (دانشجویی - کارمندی - هیات علمی) الزامی است.		
تذکر: (در صورت عدم ارائه کارت شناسایی هزینه بلیط مطابق تعرفه آزاد دریافت خواهد شد)		
قیمت بلیط ورودی جهت کلیه دانشگاهیان - پدر - مادر - همسر و فرزند تحت تکفل (هیات علمی - کارمند - دانشجو) در سانس های فروش آزاد با اعمال 50 درصد تخفیف نسبت به قیمت اصلی بلیط بوده و سایر همراهان می بایستی هزینه بلیط را کامل پرداخت نمایند.		



مدیریت تربیت بدنی



فوق برنامه ورزشی دانشجویان پسر - سال تحصیلی

96-97

رشته	زمان تمرین	محل تمرین
بسکتبال	یکشنبه و سه شنبه 19-21	سالن شهید ملک لو
فوتسال	شنبه و دوشنبه 17-19	سالن شهید ملک لو
شنا	در صورت کسب رکورد ورودی	استخر دانشگاه
بدمینتون	یکشنبه 17-19	سالن حجاب
	سه شنبه 17-19	سالن شهید ملک لو
تنیس روی میز	دوشنبه و چهارشنبه 18-20	سالن تنیس روی میز
تیراندازی با تفنگ	شنبه و دوشنبه 17-19 (ثبت نام در کارگاه آموزشی الزامی است)	سالن تیراندازی
تکواندو	شنبه و دوشنبه 17-19	سالن ورزشهای رزمی
سنگنوردی	دوشنبه 19-21	سالن ملک لو
کاراته	یکشنبه-سه شنبه 17-19	سالن ورزشهای رزمی
کشتی	روزهای زوج 17-19	سالن بدنسازی
دو و میدانی	یکشنبه-سه شنبه 18-20	پیست دو و میدانی
فوتبال	یکشنبه-چهارشنبه 16-18	زمین فوتبال چمن
جودو	یکشنبه-سه شنبه 17-19	سالن ورزشهای رزمی
والیبال	شنبه-دوشنبه 17-19	سالن حجاب
باستانی	یکشنبه-سه شنبه 18-20	سالن بدنسازی
بدنسازی	شنبه -دوشنبه- چهارشنبه 17-20/30 یکشنبه - سه شنبه 18/30-20/45	سالن بدنسازی
هندبال	شنبه - دوشنبه ۱۹-۲۱	سالن ملک لو

فوق برنامه ورزشی دانشجویان دختر - سال تحصیلی

96-97

رشته ورزشی	محل برگزاری	روز و ساعت
اسکیت	سالن حجاب	شنبه، دوشنبه 13-14:30
بدمینتون	سالن ملک لو	شنبه 11:30-13:00
بدمینتون خوابگاه	سالن حجاب	دوشنبه: 11:30-13:00
	سالن لاله	دوشنبه 18-19:30
بدنسازی با دستگاه	سالن بدنسازی	پنجشنبه 10-11:30
	سالن حجاب	یکشنبه، سه شنبه 11:30-18:00
بسکتبال	سالن حجاب	یکشنبه، سه شنبه 11:30-13:00
تکواندو	سالن تنیس روی میز	یکشنبه، سه شنبه 11:30-13:00
تنیس روی میز	سالن تنیس روی میز	یکشنبه، سه شنبه 11:30-13:00
تیراندازی	سالن تیراندازی	شنبه، دو شنبه 11:30-13:00
پیلاتس	سالن حجاب	دوشنبه 11:30-13:00
تیروکمان	سالن حجاب	یکشنبه، سه شنبه 15-17
دو و میدانی	استادیوم ورزشی	یکشنبه، سه شنبه 11:30-13:00
دوچرخه سواری	استادیوم ورزشی	یکشنبه، سه شنبه 11:30-13:00
سنگ نوردی	سالن ملک لو	یکشنبه، سه شنبه 11:30-13:00
شنای تیم	استخر دانشگاه	یکشنبه، سه شنبه 11:30-13:00
شنا (آزاد و آموزشی)	استخر دانشگاه	یکشنبه، سه شنبه، پنجشنبه
فوتسال	سالن ملک لو	سه شنبه 11:30-13:00
والیبال (خوابگاه)	سالن لاله	شنبه، سه شنبه 18-19:30
کاراته	سالن بدنسازی	یکشنبه 11:30-13:00
کونگ فو	سالن حجاب	دوشنبه 13-15:00
یوگای خوابگاه	سالن لاله	شنبه، سه شنبه 16:30-18:00
ایروبیک	سالن لاله	دوشنبه 20-21:30
ژیمناستیک		پنج شنبه 11-12:30
ورزش صبحگاهی	استادیوم ورزشی	سه شنبه 7:30-8
	سالن لاله	یکشنبه، پنجشنبه 9-10

*** جهت ثبت نام در مسابقات ورزشی و

کسب اطلاعات ورزشی به سایت های ذیل

مراجعه شود:

[Wwww.sport.iust.ac.ir](http://www.sport.iust.ac.ir)

[Wwww.sdoc.iust.ac.ir](http://www.sdoc.iust.ac.ir)

**لطفا ما را از نظرات و پیشنهادات
خود بهر مند سازید.**

Tel:

77240470 – 77209050

داخلی (2451)

مدیریت تربیت بدنی دانشگاه علم و صنعت ایران