

برنامه تمرینی تیم های ورزشی

| ردیف | رشته ورزشی | جنسیت | روز | ساعت تمرین | اعضای تیم | سالن مورد استفاده |
|------|--------------|--------|---------------------|-------------|---------------------------------------|-------------------|
| ۱ | تنیس روی میز | آقایان | یکشنبه-سه شنبه | ۱۵/۰۰-۱۶/۳۰ | دانشجویان و کارکنان و اعضای هیات علمی | اسکواش |
| ۲ | تنیس روی میز | بانوان | یکشنبه-سه شنبه | ۱۴/۰۰-۱۵/۳۰ | دانشجویان | اسکواش |
| ۳ | تنیس روی میز | بانوان | دوشنبه-چهارشنبه | ۱۷/۳۰-۱۹/۰۰ | کارکنان و اعضای هیات علمی | اسکواش |
| ۳ | بدمینتون | بانوان | سه شنبه | ۱۶/۳۰-۱۸/۰۰ | دانشجویان و کارکنان و اعضای هیات علمی | اسکواش |
| ۴ | ووشو | آقایان | دوشنبه-چهارشنبه | ۱۴/۳۰-۱۶/۰۰ | دانشجویان و کارکنان و اعضای هیات علمی | رزمی |
| ۵ | والیبال | بانوان | شنبه-چهارشنبه | ۱۵/۳۰-۱۷/۰۰ | دانشجویان | چند منظوره |
| ۶ | پیلاتس | بانوان | شنبه-چهارشنبه | ۱۶/۰۰-۱۷/۳۰ | کارکنان و اعضای هیات علمی و حفاظت | رزمی |
| ۷ | بدنسازي | آقایان | روزهای زوج | ۱۵/۰۰-۱۶/۳۰ | دانشجویان و کارکنان و اعضای هیات علمی | بدنسازي |
| ۸ | بدنسازي | بانوان | یکشنبه-سه شنبه | ۱۵/۰۰-۱۷/۰۰ | کارکنان و اعضای هیات علمی | بدنسازي |
| ۱۰ | بسکتبال | آقایان | دوشنبه-سه شنبه | ۲۰/۳۰-۲۲/۰۰ | دانشجویان | چند منظوره |
| ۱۲ | فوتسال | آقایان | یکشنبه | ۱۸/۰۰-۲۰/۰۰ | هیات علمی | چند منظوره |
| ۱۳ | فوتسال | بانوان | یکشنبه-سه شنبه | ۱۵/۰۰-۱۷/۳۰ | دانشجویان | چند منظوره |
| ۱۴ | هندبال | بانوان | یکشنبه-سه شنبه | ۱۴/۰۰-۱۵/۳۰ | دانشجویان | چند منظوره |
| ۱۵ | هندبال | آقایان | شنبه | ۱۹/۰۰-۲۰/۳۰ | دانشجویان | چند منظوره |
| | | | چهارشنبه | ۱۷/۳۰-۱۹/۰۰ | | |
| ۱۶ | والیبال | آقایان | دوشنبه-چهارشنبه | ۱۹/۰۰-۲۰/۳۰ | دانشجویان | چند منظوره |
| ۱۷ | کاراته | بانوان | چهارشنبه | ۱۷/۳۰-۱۹/۰۰ | دانشجویان | رزمی |
| ۱۸ | کشتی | آقایان | یکشنبه-سه شنبه | ۱۱/۰۰-۱۲/۳۰ | دانشجویان | رزمی |
| ۱۹ | فوتبال | آقایان | با هماهنگی مربی تیم | - | دانشجویان | زمین روباز |
| ۲۰ | فوتسال | آقایان | با هماهنگی مربی تیم | - | دانشجویان | چند منظوره |