

# برنامه های مدیریت تربیت بدنی دانشگاه رازی در بخش فوق برنامه

نیمسال اول ۱۴۰۱-۱۴۰۲

۱- برنامه کلاس های فوق برنامه دانشجویان دختر و پسر در سالن های ورزشی دانشگاه

۲- برنامه کلاس های فوق برنامه دانشجویان دختر و پسر در فضاهای ورزشی خوابگاه های دانشجویی

۳- برنامه کلاس های فوق برنامه اعضای هیات علمی، یاوران علمی خانم و آقا

## برنامه فعالیت های ورزشی فوق برنامه دانشجویان پسر دانشگاه رازی - نیمسال اول ۱۴۰۲ - ۱۴۰۱

رشته ورزشی	زمان	ساعت	مکان
بسکتبال	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۸-۲۰	سالن ورزشی شماره ۱ مدیریت تربیت بدنی
والیبال	یکشنبه، سهشنبه	۱۸-۲۰	مجموعه ورزشی شاهد - روبروی استخر دانشگاه
هندبال	یکشنبه، سهشنبه	۲۰-۲۲	مجموعه ورزشی شاهد - روبروی استخر دانشگاه
تنیس روی میز	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۸-۲۰	مجموعه ورزشی شاهد - سالن تنیس روی میز
بدمینتون	یکشنبه، سهشنبه	۱۸-۲۰	سالن ورزشی شماره ۱ مدیریت تربیت بدنی
فوتسال	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۲۰-۲۲	مجموعه ورزشی شاهد - روبروی استخر دانشگاه
	یکشنبه، سهشنبه	۱۸-۲۰	سالن ورزشی واقع در دانشکده علوم اجتماعی
کشتی	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۸-۲۰	مجموعه ورزشی شاهد سالن کشتی
تکواندو	شنبه، دوشنبه	۱۸:۳۰-۲۰	مجموعه ورزشی علوم اجتماعی - سالن ورزش های رزمی
فوتبال	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۸-۲۰	زمین چمن پردیس دانشگاه
کاراته	یکشنبه، سهشنبه	۱۸-۲۰	مجموعه ورزشی علوم اجتماعی - سالن ورزش های رزمی
ورزش های زورخانه و باستانی	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۸-۲۰	سالن ورزش های زورخانه ای و باستانی
دو و میدانی	یکشنبه، سهشنبه	۱۸-۲۰	پیست دو و میدانی دانشگاه رازی
شطرنج	شنبه، دوشنبه	۱۶-۱۸	مجموعه ورزشی شاهد - اتاق شطرنج

در سایر رشته های ورزشی در صورت مراجعه کننده و به حد نصاب رسیدن ثبت نام کنندگان، کلاس برگزار می گردد.

❖ لازم به ذکر است جهت شرکت در کلاس های فوق برنامه ارائه کارت دانشجویی الزامی می باشد.

❖ تلفن تماس: ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی: <https://sport.razi.ac.ir/>

## برنامه فعالیت های ورزشی فوق برنامه دانشجویان دختر دانشگاه رازی - نیمسال اول ۱۴۰۲ - ۱۴۰۱

رشته ورزشی	زمان	ساعت	مکان
بسکتبال	یکشنبه ، سه شنبه	۱۲-۱۴	سالن ورزشی شماره ۱ مدیریت تربیت بدنی
والیبال	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۲-۱۴	سالن ورزشی شماره ۱ مدیریت تربیت بدنی
بدمینتون	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۲-۱۴	سالن ورزشی شماره ۲ مدیریت تربیت بدنی
تنیس روی میز	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۲-۱۴	مجموعه ورزشی شاهد - سالن تنیس روی میز - رو به روی استخر دانشگاه
فوتسال	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۲-۱۴	مجموعه ورزشی شاهد - روبروی استخر دانشگاه
کاراته	یکشنبه، سه شنبه	۱۲-۱۴	سالن علوم اجتماعی
تکواندو	شنبه، دوشنبه	۱۲-۱۴	سالن علوم اجتماعی
ایرویک	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۲-۱۴	مجموعه ورزشی شاهد - روبروی استخر دانشگاه
یوگا	یکشنبه، سه شنبه	۱۲-۱۴	مجموعه ورزشی شاهد - روبروی استخر دانشگاه
دوومیدانی	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۲-۱۴	پیست دو و میدانی دانشگاه - پردیس دانشگاه
شطرنج	شنبه ، چهارشنبه	۱۲-۱۴	مجموعه ورزشی شاهد - روبروی استخر دانشگاه - اتاق شطرنج
هندبال	یکشنبه، سه شنبه	۱۲-۱۴	سالن ورزشی شماره ۱ مدیریت تربیت بدنی

در سایر رشته های ورزشی در صورت مراجعه کننده و به حد نصاب رسیدن ثبت نام کنندگان، کلاس برگزار می گردد.

❖ لازم به ذکر است جهت شرکت در کلاس های فوق برنامه ارائه کارت دانشجویی الزامی می باشد. تلفن تماس: ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳

❖ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی: <https://sport.razi.ac.ir/>

## برنامه زمان بندی مجموعه ورزشی چند منظوره پردیس کشاورزی و منابع طبیعی در نیمسال اول ۱۴۰۱-۱۴۰۲

ایام هفته	۸:۳۰ تا ۷:۳۰	۹:۳۰ تا ۸	۱۱:۳۰ تا ۱۰	۱۴ تا ۱۲	۱۶ تا ۱۴	۱۷ تا ۱۶	۱۹ تا ۱۷	۱۹ تا ۲۱
شنبه	ورزش صبحگاهی خانم ها						اساتید و کارکنان آقا	دانشجویان پسر
یک شنبه							اساتید و کارکنان خانم	دانشجویان دختر
دوشنبه	ورزش صبحگاهی خانم ها						اساتید و کارکنان آقا	دانشجویان پسر
سه شنبه							اساتید و کارکنان خانم	دانشجویان دختر
چهارشنبه	ورزش صبحگاهی خانم ها						اساتید و کارکنان آقا	دانشجویان پسر
پنج شنبه							اساتید و کارکنان خانم	دانشجویان دختر

❑ کلاس های واحد تربیت بدنی عمومی دانشجویان

❖ لازم به ذکر است جهت شرکت در کلاس های فوق برنامه ارائه کارت دانشجویی الزامی می باشد.

❖ تلفن تماس : ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی : <https://sport.razi.ac.ir/>

مدیریت تربیت بدنی دانشگاه رازی

## برنامه فعالیت های ورزشی فوق برنامه خوابگاه شهید اشرفی - نیمسال اول ۱۴۰۱-۱۴۰۲

ساعت فعالیت	روزهای فعالیت	مکان
۱۷ تا ۲۳	از شنبه تا چهارشنبه هر هفته	سالن بدنسازی وحدت
۱۰ تا ۱۳	پنج شنبه و جمعه	
۱۵ تا ۲۳		
۱۷ تا ۲۳	از شنبه تا چهارشنبه هر هفته	زمین چمن مصنوعی
۱۰ تا ۱۳	پنج شنبه و جمعه هر هفته	
۱۵ تا ۲۳		
آزاد	هر روز هفته	زمین والیبال
		زمین بسکتبال
		ایستگاه تندرستی (آمادگی جسمانی و ورزش های همگانی مانند هفت سنگ، طناب زنی، فریزبی و ...)

❖ لازم به ذکر است جهت شرکت در کلاس های فوق برنامه ارائه کارت دانشجویی الزامی می باشد.

❖ تلفن تماس: ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی: <https://sport.razi.ac.ir/>

مدیریت تربیت بدنی دانشگاه رازی

## برنامه فعالیت های ورزشی خوابگاه شهید مطهری - نیمسال دوم ۱۴۰۱-۱۴۰۰

مکان	روزهای فعالیت	ساعت فعالیت
سالن بدنسازی	از شنبه تا چهارشنبه هر هفته	۱۷ تا ۲۳
	پنج شنبه و جمعه	۱۰ تا ۱۳
		۱۵ تا ۲۳
زمین والیبال	هر روز هفته	آزاد
زمین بسکتبال		

❖ لازم به ذکر است جهت شرکت در کلاس های فوق برنامه ارائه کارت دانشجویی الزامی می باشد.

❖ تلفن تماس: ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی: <https://sport.razi.ac.ir/>

**برنامه فعالیت های ورزشی فوق برنامه اعضای هیات علمی و یاوران علمی دانشگاه رازی در بخش آقایان - نیمسال اول ۱۴۰۲ - ۱۴۰۱**

رشته ورزشی	زمان	ساعت	مکان
والیبال	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۷:۳۰ - ۱۹:۳۰	سالن ورزشی شماره ۲ مدیریت تربیت بدنی
آمادگی جسمانی	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۵:۳۰ - ۱۷:۳۰	سالن ورزشی شماره ۲ مدیریت تربیت بدنی
تنیس روی میز	یک شنبه ، سه شنبه	۱۸-۲۰	مجموعه ورزشی شاهد - سالن تنیس روی میز
بدمینتون	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۵:۳۰ - ۱۷:۳۰	سالن ورزشی شماره ۲ مدیریت تربیت بدنی
فوتسال اعضای هیات علمی	یک شنبه ، سه شنبه	۱۸-۲۰	سالن ورزشی شماره ۲ مدیریت تربیت بدنی
فوتسال یاوران علمی	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۸-۲۰	سالن ورزشی شماره ۳ مدیریت تربیت بدنی
فوتبال	یک شنبه ، سه شنبه	۱۸-۲۰	زمین چمن پردیس دانشگاه
ورزش های زورخانه و باستانی	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۸-۲۰	سالن ورزش های زورخانه ای و باستانی
بدنسازی	شنبه ، دوشنبه، چهارشنبه	۱۵ - ۱۹	سالن بدنسازی واقع در حوزه معاونت دانشجویی

❖ تلفن تماس: ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی: <https://sport.razi.ac.ir/>

**مدیریت تربیت بدنی دانشگاه رازی**

## برنامه فعالیت های ورزشی زمین چمن مصنوعی پردیس دانشگاه رازی در بخش آقایان – نیمسال اول ۱۴۰۲ – ۱۴۰۱

رشته ورزشی	زمان	ساعت فعالیت
دانشجویان	از روز شنبه تا چهارشنبه	۱۵ تا ۱۸
	پنج شنبه ها و جمعه ها	در صورت مرامتعاقبا اعلام می گردد.
اعضای هیات علمی و یاوران علمی	یک شنبه و سه شنبه	۱۷:۳۰ – ۱۵:۳۰

## برنامه فعالیت های ورزشی زمین چمن مصنوعی پردیس کشاورزی و منابع طبیعی در بخش آقایان – نیمسال اول ۱۴۰۲ – ۱۴۰۱

رشته ورزشی	زمان	ساعت فعالیت
دانشجویان	یکشنبه، سه شنبه، پنج شنبه	۱۵ تا ۱۸
اعضای هیات علمی و یاوران علمی	شنبه، دوشنبه، چهارشنبه	۱۵ تا ۱۸

❖ تلفن تماس: ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ – ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی: <https://sport.razi.ac.ir/>



## برنامه فعالیت های ورزشی خوابگاه کوثر - نیمسال دوم ۱۴۰۱-۱۴۰۰

رشته ورزشی	زمان	ساعت	مکان
طناب زنی	یکشنبه - سه شنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه کوثر محوطه خوابگاه
والیبال	یکشنبه - سه شنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه کوثر محوطه خوابگاه
بدمینتون	شنبه - دوشنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه کوثر محوطه خوابگاه
دارت	دوشنبه - چهارشنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه کوثر اتاق بدنسازی
بدنسازی	شنبه - دوشنبه - چهارشنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه کوثر اتاق بدنسازی
ایروبیک	یکشنبه - سه شنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه کوثر اتاق بدنسازی
تنیس روی میز	شنبه - دوشنبه - چهارشنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه کوثر محوطه خوابگاه

❖ لازم به ذکر است جهت شرکت در کلاس های فوق برنامه ارائه کارت دانشجویی الزامی می باشد.

❖ تلفن تماس : ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی : <https://sport.razi.ac.ir/>

مدیریت تربیت بدنی دانشگاه رازی

## برنامه فعالیت های ورزشی خوابگاه شهید بهشتی - نیمسال دوم ۱۴۰۱-۱۴۰۰

ردیف	رشته ورزشی	زمان	ساعت	مکان
۱	دارت	یکشنبه - سه شنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه شهید بهشتی
۲	شطرنج	یکشنبه - سه شنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه شهید بهشتی
۳	ایروبیک	شنبه - دوشنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه شهید بهشتی

## برنامه فعالیت های ورزشی خوابگاه حضرت زینب(س) - نیمسال دوم ۱۴۰۱-۱۴۰۰

ردیف	رشته ورزشی	زمان	ساعت	مکان
۱	تنیس روی میز	یکشنبه - سه شنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه حضرت زینب (س)
۲	شطرنج	یکشنبه - سه شنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه حضرت زینب (س)
۳	فوتبال دستی	شنبه - دوشنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه حضرت زینب (س)
۴	دارت	دوشنبه - چهارشنبه	۱۸-۲۰	خوابگاه حضرت زینب (س)

❖ لازم به ذکر است جهت شرکت در کلاس های فوق برنامه ارائه کارت دانشجویی الزامی می باشد.

مدیریت تربیت بدنی دانشگاه رازی

❖ تلفن تماس: ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی: <https://sport.razi.ac.ir/>

**برنامه فعالیت های ورزشی فوق برنامه اعضای هیات علمی و یاوران علمی دانشگاه رازی در بخش خانم ها - نیمسال اول ۱۴۰۲ - ۱۴۰۱**

ردیف	رشته ورزشی	زمان	ساعت	مکان
۱	دارت	یک شنبه - سه شنبه	۱۷-۱۵	سالن دارت
۳	یوگا	یک شنبه - سه شنبه	۱۷-۱۵	سالن زورخانه

❖ لازم به ذکر است جهت شرکت در کلاس های فوق برنامه ارائه کارت دانشجویی الزامی می باشد.

مدیریت تربیت بدنی دانشگاه رازی

❖ تلفن تماس: ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۶۹ - ۰۸۳۳۴۲۸۳۲۷۳ آدرس پرتال مدیریت تربیت بدنی: <https://sport.razi.ac.ir/>