

تعليمات استخدام صالة الجيم



- ١ مواعيد تدريب الطلاب الاحد والثلاثاء والخميس
- ٢ موعد تدريب الطالبات الاثنين والاربعاء
- ٣ ممنوع التدريب بدون الزى الرياضى
- ٤ ممنوع بدء التدريب الا في وجود الأخصائي الرياضى
- ٥ الصالة تعمل يوميا من الساعة العاشرة صباحا وحتى الساعة الثانية عصرا
- ٦ تغيير الملابس في الاماكن المخصصة لذلك
- ٧ مراعاة حسن استخدام الاجهزة والحفاظ عليها
- ٨ اعادة ترتيب الدامبلز والطارات الحديدية في اماكنها بعد التدريب

مدير المكتب
أ/ باسم فؤاد اسحاق

الأخصائي الرياضى
سيف ركنه
أ/ شيماء محمد ربيع