

برنامه اوقات فراغت فصل تابستان ۱۴۰۳ شهرستان نهاوند

ردیف	شهرستان	هئیت ورزشی	رشته ورزشی	جنسیت		زمان برگزاری کلاس	آدرس کلاس	مربی کلاس	شماره تلفن کلاس
				مرد	زن				
۱	نهاوند	بوکس	بوکس	✓		۱۸ الی ۲۰ زوج	نهاوند شهرک حیدری خانه بوکس	داود درویشی	۰۹۱۸۷۴۹۴۳۹۳
۲	نهاوند	بوکس	بوکس	✓		۲۰ الی ۲۱/۳۰ زوج	نهاوند شهرک حیدری خانه بوکس	جعفر سرومیلی	۰۹۱۸۹۵۴۰۴۹۲
۳	نهاوند	بوکس	بوکس	✓		۲۰ الی ۶/۳۰ فرد	نهاوند شهرک حیدری خانه بوکس	عباس رنجبر	۰۹۱۸۸۵۰۰۰۵۹
۴	نهاوند	بوکس	بوکس	✓		۲۰ الی ۱۸/۳۰ زوج	نهاوند شهرک حیدری خانه بوکس	مسعود خزایی	۰۹۳۶۵۴۶۴۳۰
۵	نهاوند	بسکتبال	بسکتبال	✓		۳ الی ۱۶/۳۰ زوج	سالن تختی نهاوند	پوریا ملکی	۰۹۳۵۹۶۱۷۱۷۹
۶	نهاوند	بسکتبال	بسکتبال	✓		۳ الی ۱۶/۳۰ فرد	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	مرضیه گرای	۰۹۳۷۹۴۸۲۶۳۰
۷	نهاوند	بسکتبال	بسکتبال	✓		۹ الی ۱۱/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	فائزه قپانوری	۰۹۳۵۹۶۱۷۱۷۹
۸	نهاوند	بسکتبال	بسکتبال	✓		۱۰ الی ۱۱/۳۰ فرد	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	مرضیه گرای	۰۹۱۸۱۵۱۹۲۹۷
۹	نهاوند	قایقرانی	قایقرانی	✓		۱۸ الی ۲۰ فرد	بام نهاوند	سید سجاد موسوی	
۱۰	نهاوند	قایقرانی	قایقرانی	✓		۱۸ الی ۲۰ زوج	بام نهاوند		
۱۱	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ زوج	شهرک حیدری مجموعه بانوان	مجتبی شهبازی	۰۹۱۸۹۴۹۶۵۹۶
۱۲	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۱۷ الی ۱۵/۳۰ فرد	فرمانداری پیست آرین	علیرضا حیدری	۰۹۱۸۳۵۱۷۳۸۴
۱۳	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ زوج	فرمانداری پیست آرین	علیرضا حیدری	۰۹۱۸۳۵۱۷۳۸۴
۱۴	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۲۰ الی ۱۸/۳۰ فرد	فرمانداری پیست آرین	علیرضا حیدری	۰۹۱۲۶۶۴۸۷۷۳
۱۵	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۱۷ الی ۱۵/۳۰ زوج	فرمانداری پیست آرین	سمیرا کاکاوند	۰۹۱۲۶۶۴۸۷۷۳
۱۶	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ فرد	فرمانداری پیست آرین	سمیرا کاکاوند	۰۹۱۲۶۶۴۸۷۷۳
۱۷	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۲۰ الی ۱۸/۳۰ زوج	فرمانداری پیست آرین	سمیرا کاکاوند	۰۹۰۵۹۱۲۰۴۱۲
۱۸	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۱۰ الی ۱۱/۳۰ فرد	سالن ورزشی حجاب	ندا احسانی	۰۹۱۲۴۳۹۱۰۸۴
۱۹	نهاوند	بدمینتون	بدمینتون	✓		۱۷ الی ۱۵/۳۰ فرد	سالن ورزشی تختی	مسعود رستمی	۰۹۳۶۶۵۰۸۰۵۷
۲۰	نهاوند	بدمینتون	بدمینتون	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ زوج	سالن ورزشی تختی	مریم رسالتی	
۲۱	نهاوند	بدمینتون	بدمینتون	✓		۱۵ الی ۱۶/۳۰ فرد	سالن ورزشی حجاب	خانم عباسی	۰۹۳۶۶۵۰۸۰۵۷
۲۲	نهاوند	بدمینتون	بدمینتون	✓		۱۵ الی ۱۶/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	مریم رسالتی	۰۹۱۸۸۵۰۱۹۳۰
۲۳	نهاوند	انجمن های ورزشی	دارت	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ فرد	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	سعید فراشی	۰۹۱۸۸۵۰۳۴۸۲
۲۴	نهاوند	انجمن های ورزشی	دارت	✓		۱۰ الی ۱۱/۳۰ فرد	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	اشرف رسولی	۰۹۳۶۱۳۸۹۰۲۴
۲۵	نهاوند	انجمن های ورزشی	فوتبالدستی	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	صمد سجاد فر	
۲۶	نهاوند	انجمن های ورزشی	پارکور	✓		۱۷/۳۰ الی ۱۹ زوج	خانه کشتی شهید منوچهر بزرویی	مرتضی صالح	
۲۷	نهاوند	انجمن های ورزشی	پارکور	✓		۱۴ الی ۱۶ فرد	باشگاه ساحل	حسین خزایی	۰۹۱۸۸۵۲۹۱۳۰
۲۸	نهاوند	تنیس روی میز	تنیس روی میز	✓		۱۶/۳۰ الی ۱۸ فرد	سالن ورزشی آزادگان	فرشاد مجیدی	۰۹۱۸۸۵۲۴۰۵۳
۲۹	نهاوند	تکواندو	تکواندو	✓		۱۷ الی ۱۹ فرد	سالن ورزشی تختی	مهدی فراشی	۰۹۱۸۸۵۲۴۰۵۳
۳۰	نهاوند	تکواندو	تکواندو	✓		۱۷ الی ۱۹ زوج	سالن ورزشی تختی	مهدی فراشی	

ردیف	شهرستان	هئیت ورزشی	رشته ورزشی	جنسیت		زمان برگزاری کلاس	آدرس کلاس	مریی کلاس	شماره تلفن کلاس
				مرد	زن				
۳۱	نهاوند	تکواندو	تکواندو	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ زوج	کانون بسیج	فرامرز خزایی	۰۹۱۸۳۵۲۰۹۲۴
۳۲	نهاوند	تکواندو	تکواندو	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ فرد	باشگاه توانا	فاطمه جهانیان	۰۹۱۸۵۰۳۳۵۱۵
۳۳	نهاوند	جانبازان و معلولین	والیبال	✓		۱۴ الی ۱۵/۳۰ زوج	سالن ورزشی حجاب	معصومه رحیمیان	۰۹۰۳۸۵۳۷۷۵۹
۳۴	نهاوند	جانبازان و معلولین	والیبال	✓		۱۴ الی ۱۵/۳۰ فرد	سالن ورزشی حجاب		
۳۵	نهاوند	جودو	جودو	✓		۹ الی ۱۰/۳۰	خانه جودو جنب اداره ورزش	مژگان کولیوند	۰۹۱۸۴۴۷۲۰۹۷
۳۶	نهاوند	جودو	جودو	✓		۱۲ الی ۱۰/۳۰	خانه جودو جنب اداره ورزش	مژگان کولیوند	۰۹۱۸۴۴۷۲۰۹۷
۳۷	نهاوند	جودو	جودو	✓		۱۴ الی ۱۵/۳۰	خانه جودو جنب اداره ورزش	مژگان کولیوند	۰۹۱۸۴۴۷۲۰۹۷
۳۸	نهاوند	جودو	جودو	✓		۱۷ الی ۱۵/۳۰	خانه جودو جنب اداره ورزش	مژگان کولیوند	۰۹۱۸۴۴۷۲۰۹۷
۳۹	نهاوند	جودو	جودو	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰	خانه جودو جنب اداره ورزش	وحید درویشی	۰۹۱۸۹۵۲۳۵۴۶
۴۰	نهاوند	جودو	جودو	✓		۲۰ الی ۱۸/۳۰	خانه جودو جنب اداره ورزش	وحید کریمی	۰۹۱۹۷۶۲۶۰۱۷
۴۱	نهاوند	دوومیدانی	دوومیدانی	✓		۱۱ الی ۹/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی علیمرادیان	فاطمه دکامئی	۰۹۱۸۶۷۷۸۳۱۹
۴۲	نهاوند	دوومیدانی	دوومیدانی	✓		۱۵ الی ۱۶/۳۰ فرد	مجموعه ورزشی علیمرادیان	کرم سهرابی	۰۹۱۸۸۵۰۲۷۷۱
۴۳	نهاوند	دوومیدانی	دوومیدانی	✓		۱۸ الی ۱۶/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی علیمرادیان	کرم سهرابی	۰۹۱۸۸۵۰۲۷۷۱
۴۴	نهاوند	سوار کاری	سوار کاری	✓		۱۸ الی ۱۶/۳۰	نهاوند دهنو راه پیست پرنس	محمد حسین ابراهیمی	
۴۵	نهاوند	سوار کاری	سوار کاری	✓		۱۸ الی ۲۱	نهاوند دهنو راه پیست پرنس	محمد حسین ابراهیمی	
۴۶	نهاوند	سوار کاری	سوار کاری	✓		۱۵ الی ۱۷	نهاوند دهنو راه پیست پرنس	محمد حسین ابراهیمی	
۴۷	نهاوند	سوار کاری	سوار کاری	✓		۱۶ الی ۱۹	نهاوند دهنو راه پیست ترابی	عباس ترابی	
۴۸	نهاوند	سوار کاری	سوار کاری	✓		۱۸ الی ۲۰	نهاوند دهنو راه پیست ترابی	عباس ترابی	
۴۹	نهاوند	ناشنوایان	کشتی	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ زوج	سالن کشتی مهندس علیمرادیان جنب اداره ورزش		
۵۰	نهاوند	شطرنج	شطرنج	✓		۱۰ الی ۱۲ زوج	خانه شطرنج جنب اداره ورزش	مریم غفاری	
۵۱	نهاوند	شطرنج	شطرنج	✓		۱۸ الی ۲۰ فرد	خانه شطرنج جنب اداره ورزش	شجاعیان	
۵۲	نهاوند	شطرنج	شطرنج	✓		۱۸ الی ۲۰ زوج	خانه شطرنج جنب اداره ورزش	محمد رسول محمد خانی	
۵۳	نهاوند	کوهنوردی	سنگنوردی	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	عباد سوری	
۵۴	نهاوند	کوهنوردی	سنگنوردی	✓		۱۰ الی ۱۱/۳۰ فرد	مجموعه ورزشی شهید عباد اله خدارحمی	سمیه قربانی	
۵۵	نهاوند	کوهنوردی	کوهنوردی	✓	✓	یک روزه	ارتفاعات گرین	میر امیر میری	
۵۶	نهاوند	کوهنوردی	کوهنوردی	✓	✓	یک روزه	ارتفاعات گرین	احسان سیف	
۵۷	نهاوند	کوهنوردی	کوهنوردی	✓	✓	یک روزه	ارتفاعات گرین	میر امیر میری	
۵۸	نهاوند	ورزشهای زورخانه ای	باستانی	✓		۱۸ الی ۲۰	زورخانه پوریای ولی جنب اداره ورزش	رضا مومنی	
۵۹	نهاوند	ورزشهای زورخانه ای	باستانی	✓		۲۱ الی ۱۹/۳۰	زورخانه پوریای ولی جنب اداره ورزش	نامدار میرزایی	
۶۰	نهاوند	ورزشهای زورخانه ای	باستانی	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰	زورخانه پوریای ولی جنب اداره ورزش	محمد سیف	

ردیف	شهرستان	هئیت ورزشی	رشته ورزشی	جنسیت		زمان برگزاری کلاس	آدرس کلاس	مریی کلاس	شماره تلفن کلاس
				مرد	زن				
۶۱	نهاوند	ورزشهای زورخانه ای	باستانی	✓		۱۹ الی ۲۱	مجموعه ورزشی علیمردیان	علی دلفانی	۰۹۱۹۴۷۰۳۳۸۲
۶۲	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۵ الی ۱۶/۳۰ زوج	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	اکبر یزدانی	
۶۳	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۸ الی ۱۶/۳۰	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	عباس تکلو	
۶۴	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	داریوش کمروند	
۶۵	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۲۱ الی ۱۹/۳۰	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	عباس شهبازی	
۶۶	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۵ الی ۱۶/۳۰ فرد	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	اکبر یزدانی	
۶۷	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۸ الی ۱۶/۳۰	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	حمید کمروند	
۶۸	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	محمد قیاسوند	
۶۹	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۲۱ الی ۱۹/۳۰	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	علیرضا صفاری	
۷۰	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۶ الی ۱۷/۳۰ فرد	خانه کشتی شهید منوچهر برزویی	صمد سجاد فر	
۷۱	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۹ الی ۱۷/۳۰	خانه کشتی شهید منوچهر برزویی	حمید کمروند	
۷۲	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۹ الی ۲۰/۳۰ زوج	خانه کشتی شهید منوچهر برزویی	علیرضا صفاری	
۷۳	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۷ الی ۱۹ زوج	سالن کشتی روستای زرامین	علیرضا صفاری	
۷۴	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۷ الی ۱۹ فرد	سالن کشتی روستای زرامین	علیرضا صفاری	
۷۵	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۷ الی ۱۹	سالن کشتی شهر فیروزان	سهراب عبدلباقی	
۷۶	نهاوند	کشتی	کشتی	✓		۱۷ الی ۱۹	سالن کشتی روستای شهرک	علی سلگی	
۷۷	نهاوند	کشتی	کشتی آلیش	✓		۱۳ الی ۱۴/۳۰ فرد	سالن کشتی مهندس علیمردیان جنب اداره ورزش	آرزو احمدوند	
۷۸	نهاوند	ووشو	ووشو	✓		۱۷/۳۰ الی ۱۹ زوج	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	مسلم بردستان	۰۹۱۹۵۵۴۳۳۷۲
۷۹	نهاوند	ووشو	ووشو	✓		۱۷ الی ۲۰/۳۰ زوج	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	احمد اسدی	۰۹۱۸۸۵۲۴۰۰۳
۸۰	نهاوند	ووشو	ووشو	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ زوج	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	احمد اسدی	۰۹۱۸۸۵۲۴۰۰۳
۸۱	نهاوند	ووشو	ووشو	✓		۱۴/۳۰ الی ۱۶ زوج	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	زهره جعفریان	۰۹۲۱۶۵۸۰۱۹۳
۸۲	نهاوند	ووشو	ووشو	✓		۱۶ الی ۱۷/۳۰	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	سمیه دارایی	۰۹۹۲۶۷۶۵۵۹۲
۸۳	نهاوند	ووشو	ووشو	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ فرد	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	سمیه دارایی	۰۹۹۲۶۷۶۵۵۹۲
۸۴	نهاوند	ووشو	ووشو	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ زوج	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	نرگس دارایی	۰۹۱۹۷۹۶۲۴۱۲
۸۵	نهاوند	ووشو	ووشو	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ فرد	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	زهره طالبی علی آبادی	۰۹۱۸۵۴۵۱۳۲۰
۸۶	نهاوند	همگانی	ایروبیک	✓		۱۸/۳۰ الی ۲۰ فرد	نهاوند شهرک حیدری خانه ووشو	مژگان خزایی	۰۹۱۸۳۵۲۰۹۹۷
۸۷	نهاوند	ورزشهای رزمی	ورزشهای رزمی	✓		۸ الی ۱۰ زوج	سالن کوثر	محمد صادقی	
۸۸	نهاوند	ورزشهای رزمی	ورزشهای رزمی	✓		۱۵ الی ۱۶/۳۰ فرد	کانون بسیج	حمیدرضا چراغی	
۸۹	نهاوند	ورزشهای رزمی	ورزشهای رزمی	✓		۱۶ الی ۱۷/۳۰	خانه کشتی شهید منوچهر برزویی	ایمان سیاهوشی	
۹۰	نهاوند	ورزشهای رزمی	ورزشهای رزمی	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ زوج	کانون بسیج	محسن عباسی	

ردیف	شهرستان	هئیت ورزشی	رشته ورزشی	جنسیت		زمان برگزاری کلاس	آدرس کلاس	مربی کلاس	شماره تلفن کلاس
				مرد	زن				
۹۱	نهادند	ورزشهای رزمی	ورزشهای رزمی	✓		۱۶/۳۰ الی ۱۸ فرد	سالن کشتی شهر فیروزان	حمیدرضا چراغی	
۹۲	نهادند	ورزشهای رزمی	ورزشهای رزمی	✓		۱۱ الی ۱۲/۳۰ فرد	سالن کشتی شهر فیروزان	معصومه خزایی	۰۹۹۱۸۳۸۷۸۰۳
۹۳	نهادند	ورزشهای رزمی	ورزشهای رزمی	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱	کانون بسیج	محسن عباسی	
۹۴	نهادند	هندبال	هندبال	✓					
۹۵	نهادند	هندبال	هندبال	✓		۱۰ الی ۱۲ فرد	سالن ورزشی روستای رزینی	کبری خزایی	
۹۶	نهادند	هندبال	هندبال	✓			سالن ورزشی شهید موبن		
۹۷	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۸/۳۰ الی ۱۰ زوج	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)		
۹۸	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۰ الی ۱۲ زوج	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)		
۱۰۳	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۸/۳۰ الی ۱۰ فرد	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)		
۱۰۴	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۰ الی ۱۲ فرد	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)		
۱۰۵	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۴ الی ۱۵/۳۰ زوج	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۰۶	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۵/۳۰ الی ۱۷ زوج	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۰۷	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ زوج	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۰۸	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۸/۳۰ الی ۲۰ زوج	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۰۹	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۲۰ الی ۲۱/۳۰ زوج	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۱۰	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۴ الی ۱۵/۳۰ فرد	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۱۱	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۵/۳۰ الی ۱۷ فرد	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۱۲	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ فرد	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۱۳	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۸/۳۰ الی ۲۰ فرد	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۱۴	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۲۰ الی ۲۱/۳۰ فرد	باشگاه بدنسازی پرسپولیس (کامران)	کامران احمدی	۰۹۲۲۱۳۸۹۰۱۲
۱۱۵	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۸/۳۰ الی ۱۰ زوج	باشگاه بدنسازی تک اندام		
۱۱۶	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۰ الی ۱۲ زوج	باشگاه بدنسازی تک اندام		
۱۱۷	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۸/۳۰ الی ۱۰ فرد	باشگاه بدنسازی تک اندام		
۱۱۸	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۰ الی ۱۲ فرد	باشگاه بدنسازی تک اندام		
۱۱۹	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۴ الی ۱۵/۳۰ زوج	باشگاه بدنسازی تک اندام	حمید سلگی	۰۹۳۶۹۸۸۰۶۳۹
۱۲۰	نهادند	بدنسازی و پرورش اندام	بدنسازی	✓		۱۵/۳۰ الی ۱۷ زوج	باشگاه بدنسازی تک اندام	حمید سلگی	۰۹۳۶۹۸۸۰۶۳۹























ردیف	شهرستا ن	هئیت ورزشی	رشته ورزشی	جنسیت		زمان برگزاری کلاس	آدرس کلاس	مریی کلاس	شماره تلفن کلاس
				مرد	زن				
۴۲۱	نهاوند	دوچرخه سواری	کوهستان	✓		۱۶ الی ۱۹ هر روز	تپه ابوذر	محمد سیف	۰۹۱۸۹۵۱۳۰۳۳
۴۲۲	نهاوند	دوچرخه سواری	کورسی	✓		۸ الی ۱۲ هر روز	جاده های اطراف نهاوند	حمیدرضا قیاسی	۰۹۱۸۲۲۰۱۷۳۶
۴۲۳	نهاوند	شنا و شیرجه	شنا و شیرجه	✓		۱۰ الی ۱۲ زوج	استخر دکتر خسروی	واحد خزایی	۰۹۱۲۵۲۱۴۹۹۳
۴۲۴	نهاوند	شنا و شیرجه	شنا و شیرجه	✓		۱۱ الی ۱۳ فرد	استخر دکتر خسروی	سعید جانجان	۰۹۱۸۵۰۳۰۵۹۰
۴۲۵	نهاوند	شنا و شیرجه	شنا و شیرجه	✓		۹ الی ۱۰/۳۰ فرد	استخر دکتر خسروی	مهدی سلگی	۰۹۱۲۴۳۵۷۷۸۶
۴۲۶	نهاوند	شنا و شیرجه	شنا و شیرجه	✓		۹ الی ۱۰/۳۰ زوج	استخر دکتر خسروی	لیلا سراقی	۰۹۱۸۹۴۹۹۶۹۱
۴۲۷	نهاوند	شنا و شیرجه	شنا و شیرجه	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ زوج	استخر دکتر خسروی	نرگس مولوی	۰۹۱۸۹۴۹۹۶۹۱
۴۲۸	نهاوند	کاراته	کاراته	✓		۱۰ الی ۱۲ فرد	باشگاه توانا	مهرنوش خدری	۰۹۱۸۹۵۰۳۸۱۹
۴۲۹	نهاوند	کاراته	کاراته	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ زوج	باشگاه توانا	آرزو صالح	۰۹۱۸۹۵۳۴۳۷۰
۴۳۰	نهاوند	کاراته	کاراته	✓		۱۷ الی ۱۵/۳۰ فرد	حوزه علمیه	مهرنوش خدری	۰۹۱۸۹۵۰۳۸۱۹
۴۳۱	نهاوند	والیبال	والیبال	✓		۱۵ الی ۱۷ زوج	سالن ورزشی حجاب	سمیرا یعقوبی	۰۹۳۷۸۱۷۸۳۹۶
۴۳۲	نهاوند	والیبال	والیبال	✓		۱۱ الی ۱۲/۳۰ فرد	سالن ورزشی شهید عباداله خدارحمی	زهرا مانور	۰۹۰۲۱۸۲۴۱۷۲
۴۳۳	نهاوند	والیبال	والیبال	✓		۱۶ الی ۱۷/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی بانوان	مریم معافی	۰۹۳۷۸۱۷۸۳۹۶
۴۳۴	نهاوند	والیبال	والیبال	✓		۱۱/۳۰ الی ۱۳ فرد	مجموعه ورزشی علمیرادیان	خانم سلگی	۰۹۳۷۸۱۷۸۳۹۶
۴۳۵	نهاوند	والیبال	والیبال	✓		۱۶/۳۰ الی ۱۸ فرد	سالن ورزشی شهید عباداله خدارحمی	جعفر هاشمی	
۴۳۶	نهاوند	والیبال	والیبال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ فرد	سالن ورزشی شهید عباداله خدارحمی	جعفر هاشمی	
۴۳۷	نهاوند	وزنه برداری	وزنه برداری	✓		۱۵/۳۰ الی ۱۷ فرد	سالن ورزشی شهید عباداله خدارحمی	سمیه ابوالفتحی	۰۹۱۸۹۵۰۳۶۵۷
۴۳۸	نهاوند	وزنه برداری	وزنه برداری	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰ زوج	سالن ورزشی شهید عباداله خدارحمی	خدیدجه محبی	۰۹۳۶۶۷۰۸۲۶۹
۴۳۹	نهاوند	وزنه برداری	وزنه برداری	✓		۱۹ الی ۲۱ زوج	سالن ورزشی شهید عباداله خدارحمی	مهرداد حاج باباعلی	
۴۴۰	نهاوند	نجات غریق و غواصی	نجات غریق و غواصی	✓		۲۱ الی ۲۲/۳۰ زوج	استخر دکتر خسروی	واحد خزایی	۰۹۱۲۵۲۱۴۹۹۳
۴۴۱	نهاوند	ژیمناستیک	ژیمناستیک	✓		۱۵ الی ۱۶/۳۰	باشگاه توانا	نکیسا نصرتی	۰۹۱۸۹۵۰۳۳۹۳
۴۴۲	نهاوند	ژیمناستیک	ژیمناستیک	✓		۱۰ الی ۱۲	باشگاه توانا	معصومه ده پهلوان	۰۹۱۸۹۵۰۳۳۹۳
۴۴۳	نهاوند	ژیمناستیک	ژیمناستیک	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰	سالن ورزشی آزادگان	احمد کرمیانی	۰۹۱۸۸۵۰۰۱۶۴
۴۴۴	نهاوند	ژیمناستیک	ژیمناستیک	✓		۲۱ الی ۱۹/۳۰	سالن ورزشی آزادگان	احمد کرمیانی	۰۹۱۸۸۵۰۰۱۶۴
۴۴۵	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	آمادگی جسمانی	✓		۹ الی ۱۰/۳۰ زوج	سالن کشتی روستای زرامین سفلی	اشرف رسولی	۰۹۱۸۸۵۰۳۴۸۲
۴۴۶	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	آمادگی جسمانی	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ زوج	سالن کشتی روستای زرامین سفلی	اشرف رسولی	۰۹۱۸۸۵۰۳۴۸۲
۴۴۷	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	آمادگی جسمانی	✓		۱۴ الی ۱۶ فرد	سالن کشتی روستای زرامین سفلی		
۴۴۸	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	مینی فوتبال	✓		۸/۳۰ الی ۱۰ زوج	زمین چمن مینی فوتبال روستای زرامین	کوروش قپانوری	
۴۴۹	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	مینی فوتبال	✓		۸/۳۰ الی ۱۰ فرد	زمین چمن مینی فوتبال روستای زرامین	احسان کولیوند	
۴۵۰	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	مینی فوتبال	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰	زمین چمن مینی فوتبال روستای زرامین	محمد نوروزی	

ردیف	شهرستا ن	هئیت ورزشی	رشته ورزشی	جنسیت		زمان برگزاری کلاس	آدرس کلاس	مریبه کلاس	شماره تلفن کلاس
				مرد	زن				
۴۵۱	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	مینی فوتبال	✓		۱۸/۳۰ الی ۲۰	زمین چمن مینی فوتبال روستای زرامین	علی زمانیان	
۴۵۲	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	مینی فوتبال	✓		۲۰ الی ۲۱/۳۰	زمین چمن مینی فوتبال روستای زرامین	احسان احمدوند	
۴۵۳	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ زوج	سالن ورزشی روستای میان آبه	پا برجا	۰۹۳۹۹۲۰۶۲۰۹
۴۵۴	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱ زوج	سالن ورزشی روستای میان آبه	پا برجا	۰۹۳۹۹۲۰۶۲۰۹
۴۵۵	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ فرد	سالن ورزشی روستای میان آبه	پا برجا	۰۹۳۹۹۲۰۶۲۰۹
۴۵۶	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱ فرد	سالن ورزشی روستای میان آبه	پا برجا	۰۹۳۹۹۲۰۶۲۰۹
۴۵۷	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ زوج	سالن ورزشی روستای قلعه قباد	بیژن سالکی	۰۹۳۶۷۵۷۷۶۲۵
۴۵۸	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱ زوج	سالن ورزشی روستای قلعه قباد	بیژن سالکی	۰۹۳۶۷۵۷۷۶۲۵
۴۵۹	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ فرد	سالن ورزشی روستای قلعه قباد	بیژن سالکی	۰۹۳۶۷۵۷۷۶۲۵
۴۶۰	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱ فرد	سالن ورزشی روستای قلعه قباد	بیژن سالکی	۰۹۳۶۷۵۷۷۶۲۵
۴۶۱	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ زوج	سالن ورزشی روستای شهدای شعبان	عباس زرینی	۰۹۱۹۱۰۵۵۹۲۲
۴۶۲	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱ زوج	سالن ورزشی روستای شهدای شعبان	عباس زرینی	۰۹۱۹۱۰۵۵۹۲۲
۴۶۳	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ فرد	سالن ورزشی روستای شهدای شعبان	عباس زرینی	۰۹۱۹۱۰۵۵۹۲۲
۴۶۴	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱ فرد	سالن ورزشی روستای شهدای شعبان	عباس زرینی	۰۹۱۹۱۰۵۵۹۲۲
۴۶۵	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ زوج	سالن ورزشی روستای زرینی	حسین خیشوند	۰۹۱۸۹۵۰۳۰۵۰
۴۶۶	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱ زوج	سالن ورزشی روستای زرینی	حسین خیشوند	۰۹۱۸۹۵۰۳۰۵۰
۴۶۷	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۸ الی ۱۹/۳۰ فرد	سالن ورزشی روستای زرینی	حسین خیشوند	۰۹۱۸۹۵۰۳۰۵۰
۴۶۸	نهاوند	ورزشهای روستایی و بازیهای بومی محلی	فوتسال	✓		۱۹/۳۰ الی ۲۱ فرد	سالن ورزشی روستای زرینی	حسین خیشوند	۰۹۱۸۹۵۰۳۰۵۰
۴۶۹	نهاوند	کونگ فو و هنرهای رزمی	کونگ فو	✓		۱۷ الی ۱۸/۳۰	سالن ورزشی حجاب	سپیده علیجانی	۰۹۹۱۸۳۷۱۳۴۷
۴۷۰	نهاوند	کونگ فو و هنرهای رزمی	کونگ فو	✓		۱۹ الی ۲۰/۳۰	سالن ورزشی حجاب	محمدرضا طاهری	۰۹۱۹۹۱۲۲۸۰۷
۴۷۱	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۸/۳۰ الی ۱۰ فرد	سالن ورزشی شهید عباداله خدارحمی	میترا قیاسی	۰۹۱۸۸۵۰۲۹۳۱
۴۷۲	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۸/۳۰ الی ۱۰ زوج	سالن ورزشی شهید عباداله خدارحمی	اشرف رسولی	۰۹۱۸۸۵۰۳۴۸۲
۴۷۳	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۱۶/۳۰ الی ۱۸	سالن ورزشی حجاب	محبوبه عسگری	۰۹۱۸۹۲۲۹۳۵۳
۴۷۴	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۸ الی ۹/۳۰ زوج	باشگاه بدنسازی ساحل	زهرا نوری شاد	۰۹۳۸۸۳۸۵۰۶۰
۴۷۵	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۸ الی ۹/۳۰ فرد	باشگاه بدنسازی ساحل	زهرا نوری شاد	۰۹۳۸۸۳۸۵۰۶۰
۴۷۶	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۹/۳۰ الی ۱۱ زوج	باشگاه بدنسازی ساحل	زهرا نوری شاد	۰۹۳۸۸۳۸۵۰۶۰
۴۷۷	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۹/۳۰ الی ۱۱ فرد	باشگاه بدنسازی ساحل	زهرا نوری شاد	۰۹۳۸۸۳۸۵۰۶۰
۴۷۸	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۸ الی ۹/۳۰ فرد	باشگاه بدنسازی یک روز خوب	بهارک پاریز	۰۹۱۸۹۵۲۲۱۷۸
۴۷۹	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۹/۳۰ الی ۱۱ زوج	باشگاه بدنسازی یک روز خوب	بهارک پاریز	۰۹۱۸۹۵۲۲۱۷۸
۴۸۰	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی ایروبیک	✓		۹/۳۰ الی ۱۱ فرد	باشگاه بدنسازی یک روز خوب	بهارک پاریز	۰۹۱۸۹۵۲۲۱۷۸



ردیف	شهرستان	هئیت ورزشی	رشته ورزشی	جنسیت		زمان برگزاری کلاس	آدرس کلاس	مربی کلاس	شماره تلفن کلاس
				مرد	زن				
۴۸۱	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی	✓		۷ الی ۸/۳۰ صبح	ایستگاه دهنو راه	حسین قیاسی	
۴۸۲	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی	✓		۷ الی ۸/۳۰ صبح	ایستگاه دهبوره راه	وهاب صالح	
۴۸۳	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی	✓		۷ الی ۸/۳۰ صبح	ایستگاه دهفول راه	حجت جهانیان	
۴۸۴	نهاوند	ورزشهای همگانی	آمادگی جسمانی	✓		۷ الی ۸/۳۰ صبح	ایستگاه مجموعه ورزشی علیمردیان	هبت رضایی	
۴۸۵	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۷/۳۰ الی ۹ صبح زوج	استادیوم شهید فرزاد سلیمانیان	کوروش قپانوری	۰۹۱۸۷۵۱۱۲۹۶
۴۸۶	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۹ الی ۱۰/۳۰ زوج	استادیوم شهید فرزاد سلیمانیان	محمد نوروزی	
۴۸۷	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ زوج	استادیوم شهید فرزاد سلیمانیان	احسان کولیوند	
۴۸۸	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۷/۳۰ الی ۹ صبح زوج	استادیوم شهید فرزاد سلیمانیان	علی زمانیان	
۴۸۹	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۹ الی ۱۰/۳۰ زوج	استادیوم شهید فرزاد سلیمانیان	احسان احمدوند	
۴۹۰	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ زوج	استادیوم شهید فرزاد سلیمانیان	علی گروسی	
۴۹۱	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۷/۳۰ الی ۹ صبح زوج	مجموعه ورزشی علیمردیان	فرهاد ادیب	
۴۹۲	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۹ الی ۱۰/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی علیمردیان	اصغر جهانیان	
۴۹۳	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ زوج	مجموعه ورزشی علیمردیان	اویس حمیدی	
۴۹۴	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۷/۳۰ الی ۹ صبح زوج	مجموعه ورزشی علیمردیان	کوروش قپانوری	۰۹۱۸۷۵۱۱۲۹۶
۴۹۵	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۹ الی ۱۰/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی علیمردیان	علی گروسی	
۴۹۶	نهاوند	فوتبال	فوتبال	✓		۱۰/۳۰ الی ۱۲ زوج	مجموعه ورزشی علیمردیان	فرهاد ادیب	
۴۹۷	نهاوند	فوتبال	فوتسال	✓		۱۳ الی ۱۴/۳۰ زوج	مجموعه ورزشی بانوان	احسان احمدوند	
۴۹۸	نهاوند	فوتبال	فوتسال	✓		۱۴/۳۰ الی ۱۶ زوج	مجموعه ورزشی بانوان	احسان احمدوند	
۴۹۹	نهاوند	فوتبال	فوتسال	✓	✓	۱۰ الی ۱۲ فرد	مجموعه ورزشی علیمردیان	سمیه روزبهانی	
۵۰۰	نهاوند	فوتبال	فوتسال	✓	✓	۱۰ الی ۱۲ زوج	مجموعه ورزشی علیمردیان	سمیه روزبهانی	
۵۰۱	نهاوند	فوتبال	فوتسال	✓		۱۰ الی ۱۲ فرد	مجموعه ورزشی شهید عبداللہ خدارحمی	کوروش قپانوری	۰۹۱۸۷۵۱۱۲۹۶
۵۰۲	نهاوند	اسکیت	اسکیت	✓		۱۱/۱۷ الی ۱۸/۳۰	مجموعه ورزشی علیمردیان	علی حیدری	۰۹۱۸۳۵۱۷۳۸۴
۵۰۳	نهاوند	تنیس روی میز	تنیس روی میز	✓		۱۱ الی ۲۰	مجموعه ورزشی علیمردیان	علی حیدری	۰۹۱۸۳۵۱۷۳۸۴
۵۰۴	نهاوند	بدنسازى و پرورش اندام	بدنسازى و پرورش اندام	✓		۹ الی ۱۲	مجموعه ورزشی علیمردیان	خانم شایگان	۰۹۹۲۳۹۴۱۴۹۴
۵۰۵	نهاوند	بدنسازى و پرورش اندام	بدنسازى و پرورش اندام	✓		۱۳ الی ۲۲	مجموعه ورزشی علیمردیان	رضا زمانیان	۰۹۳۸۳۰۴۷۲۷۰
۵۰۶	نهاوند	تکواندو	تکواندو	✓		۱۶ الی ۱۸	مجموعه ورزشی علیمردیان	خانم ارغش	۰۹۱۸۳۵۲۰۹۲۴
۵۰۷	نهاوند	تکواندو	تکواندو	✓		۱۷ الی ۱۹	مجموعه ورزشی علیمردیان	فرامرز خزایی	۰۹۱۸۳۵۲۰۹۲۴
۵۰۸	نهاوند	ورزشهای رزمی	کیک بوکسینگ	✓		۱۱ الی ۱۶/۳۰	مجموعه ورزشی علیمردیان	خانم خزایی	
۵۰۹	نهاوند	ورزشهای رزمی	کیک بوکسینگ	✓		۱۱ الی ۱۶/۳۰	مجموعه ورزشی علیمردیان	حمیدرضا چراغی	۰۹۱۸۲۲۱۲۲۵۸
۵۱۰	نهاوند	ورزشهای رزمی	کیک بوکسینگ	✓		۱۱ الی ۲۰/۳۰	مجموعه ورزشی علیمردیان	حمیدرضا چراغی	۰۹۱۸۲۲۱۲۲۵۸

شماره تلفن کلاس	مری کلاس	آدرس کلاس	زمان برگزاری کلاس	جنسیت		رشته ورزشی	هئیت ورزشی	شهرستان	ردیف
				زن	مرد				
۰۹۱۸۶۸۵۰۶۱۹	نگین سیف	مجموعه ورزشی علیمردیان	۱۷ الی ۱۵	✓		سنگنوردی	کوهنوردی و صعود های ورزشی	نهاوند	۵۱۱
۰۹۱۸۸۵۰۶۱۰۹	احسان سیف	مجموعه ورزشی علیمردیان	۲۱ الی ۱۸		✓	سنگنوردی	کوهنوردی و صعود های ورزشی	نهاوند	۵۱۲
۰۹۱۸۶۷۷۸۳۱۹	خانم دکامتی	مجموعه ورزشی علیمردیان	۱۲ الی ۱۰	✓		دوومیدانی	دوومیدانی	نهاوند	۵۱۳
۰۹۱۸۳۵۱۹۲۲۴	محمد سرومیلی	مجموعه ورزشی علیمردیان	۲۰ الی ۱۸		✓	دوومیدانی	دوومیدانی	نهاوند	۵۱۴
۰۹۳۸۰۲۹۷۴۴۰	رضا ذوالفقاری	مجموعه ورزشی علیمردیان	۱۸ الی ۱۶		✓	آمادگی جسمانی	آمادگی جسمانی	نهاوند	۵۱۵
۰۹۳۷۸۹۰۹۰۷۲	علیرضا خسروی	مجموعه ورزشی علیمردیان	۲۰ الی ۱۸		✓	آمادگی جسمانی	آمادگی جسمانی	نهاوند	۵۱۶
۰۹۹۲۳۹۶۱۴۹۴	خانم شایگان	مجموعه ورزشی علیمردیان	۱۰/۳۰ الی ۹	✓		آمادگی جسمانی	آمادگی جسمانی	نهاوند	۵۱۷
۰۹۹۳۱۶۱۱۲۳۹	خانم سوری	مجموعه ورزشی علیمردیان	۱۲ الی ۱۰/۳۰	✓		ایروبیک	آمادگی جسمانی	نهاوند	۵۱۸
								نهاوند	۵۱۹
								نهاوند	۵۲۰
								نهاوند	۵۲۱
								نهاوند	۵۲۲
								نهاوند	۵۲۳
								نهاوند	۵۲۴
								نهاوند	۵۲۵
								نهاوند	۵۲۶
								نهاوند	۵۲۷
								نهاوند	۵۲۸
								نهاوند	۵۲۹
								نهاوند	۵۳۰
								نهاوند	۵۳۱
								نهاوند	۵۳۲
								نهاوند	۵۳۳
								نهاوند	۵۳۴
								نهاوند	۵۳۵
								نهاوند	۵۳۶
								نهاوند	۵۳۷
								نهاوند	۵۳۸



