

باسمه تعالی

معرفی اماکن ورزشی دانشگاه

مجموعه ورزشی شهید راستگو:

فضاها: سالن چند منظوره: $40 * 20$ متر مربع، سالن بدنسازی: $42 * 7$ متر مربع، سالن پینگ پنگ و فوتبال دستی: $42 * 7$ m² متر مربع

امکانات: نمازخانه: $7 * 2$ متر مربع، رختکن ۲ اتاق، ۱۲۰ عدد کمد اختصاصی در طبقات، تمام وسایل مربوط به ورزش بدنسازی، تمامی امکانات مربوط به ورزش های توپی (بسکتبال، والیبال، فوتسال، هندبال) و راکتی (پینگ پنگ، بدمینتون)، ۲ عدد فوتبال دستی، سرویس بهداشتی و حمام در تمام طبقات، امکانات ورزش دarts، طناب

رشته های ورزشی دایر: بسکتبال، والیبال، فوتسال، بدمینتون، هندبال، کبدی، بدنسازی، پینگ پنگ، فوتبال دستی، دarts، آمادگی جسمانی





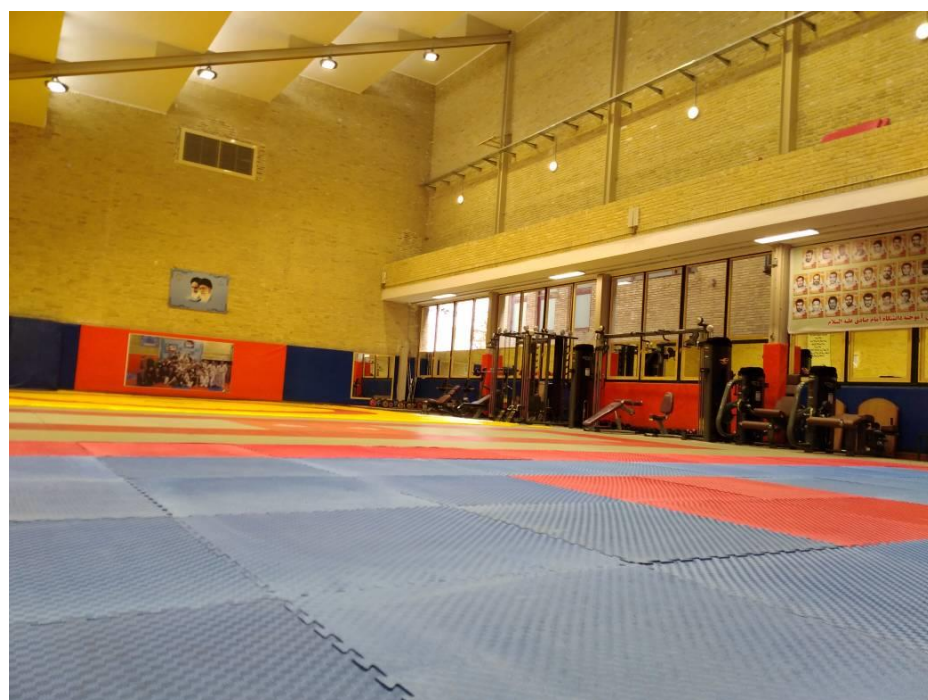
مجموعه ورزشی شهید سوزنگر:

فضاها: تشک کشتی استاندارد به مساحت ۱۲*۱۲ متر مربع، تشک جودو، تاتمی کاراته و تکواندو

امکانات: دوش، سرویس بهداشتی، رختکن، کلاس تربیت بدنی، وسایل بدنسازی (نیمکت، دمبل و هالتر)، تمام امکانات مربوط به ورزش های رزمی (کلاه، دستکش، کیسه بوکس، ضربه گیر و ...)، امکانات ورزش کوهنوردی (کوله، بادگیر، چادر و ...)، امکانات ورزش باستانی (میل، کباده، تخته شنو، ضرب، سردم، سنگ و ...)

رشته های ورزشی دایر: کشتی، تکواندو، هاپکیدو، کاراته، ووشو، جودو، ورزش زورخانه ای و پهلوانی، آمادگی

جسمانی



مجموعه ورزشی شهید فضل‌زاده:

فضاها: زمین چمن طبیعی فوتبال و محوطه وسایل ورزش پارکی

امکانات: تمامی وسایل ورزشی پارکی، توپ فوتبال

رشته‌های ورزشی دایر: فوتبال، ورزش صبحگاهی و عصرگاهی، آمادگی جسمانی



مجموعه ورزشی شهید صبوری و شهید میثانی فرد

فضاها: زمین روباز ورزشی بسکتبال و والیبال، زمین ورزشی روباز فوتبال

امکانات: توپ و تور والیبال، توپ و پایه تخته بسکتبال، دروازه و توپ فوتبال و هندبال

رشته‌های ورزشی دایره: فوتبال، بسکتبال، والیبال، ورزش صبحگاهی و عصرگاهی، کلاس‌های تربیت بدنی، هندبال



مجموعه استخر سرپوشیده:

فضاها: استخر 25×13 م، سونا خشک، سونا بخار، جکوزی آب گرم، حوضچه آب سرد

امکانات: رختکن، دوش و سرویس بهداشتی، امکانات کمک آموزشی شنا



سالن نشاط

زیرزمین ساختمان شماره یک اقامتگاه دانشجویی فضای مناسبی است که به ورزش دانشجویان اختصاص داده شده است که دارای صفحه دарт، میز پینگ پنگ، فوتبال دستی و ایرهاکی می باشد.



مرکز تندرستی و مشاوره ورزشی

دانشگاه امام صادق علیه السلام

نوبت دهی

برای نوبت دهی به سایت زیر مراجعه نمایید.

<http://tbisu.reserweb.ir>

برای رزرو و لغو رزرو می بایست حداقل

۲۴ قبل به وبسایت مراجعه نمایید.



اهداف مرکز

- ۱- ترویج ورزش اصولی و علمی در بین دانشجویان
- ۲- پیشگیری و درمان ناهنجاری های جسمانی
- ۳- افزایش میزان تندرستی و سلامت جسمانی و روانی
- ۴- استفاده بهینه از اوقات فراغت و ترویج سبک زندگی سالم
- ۵- تأمین اطلاعات جامع وضعیت جسمانی دانشجویان
- ۶- انجام مشاوره های ورزشی، تغذیه ای و تمرینی
- ۷- افزایش بهره وری و کارایی نیروی انسانی

خدمات مرکز:

ورود به مرکز و

تشکیل پرونده



انجام معاینه و

گروه بندی افراد



ارائه برنامه

اصلاحی و درمانی



مراجعه مجدد، معاینه و

ارائه برنامه های مکمل



تندرستی کامل



لطفا پیش از مراجعه نکات زیر را مدنظر قرار دهید.

- چندساعت قبل از مراجعه آب و غذا میل نفرمایید.
- چندساعت قبل از مراجعه دوش نگیرید.
- سر ساعت تعیین شده حضور داشته باشید و در صورتی که کاری برایتان پیش آمد ۲۴ ساعت قبل تر اطلاع دهید.
- وجه دریافتی به عنوان وجه التزام است و در صورت حضور مسترد خواهد شد.
- محل مراجعه سالن شهید راستگو واقع در خیابان ایران زمین می باشد.

