

برنامج المراهقين

رمضان ٢٠١٨

الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الأثنين	الأحد	السبت
مهارات اللعب بالكرة (٩-١١) سنة ٠٤:٠٠ مساءً نعومي / سوزان FS3	الدراجة ١٥/٣ (١٢-١٧) سنة ٠٩:٠٠ مساءً نعومي / سوزان استديو الدراجة	العاب المرح (٩-١١) سنة ٠٤:٠٠ مساءً نعومي / سوزان FS3	تدريبات الهيب هوب (١٢-١٧) سنة ٠٩:٠٠ مساءً بولا FS3	المعسكر الرياضي (٩-١١) سنة ٠٤:٠٠ مساءً نعومي FS3	السباحة (١٥-١٧) سنة ٠٨:٠٠ مساءً نعومي بركة السباحة
العاب المرح (١٢-١٧) سنة ٠٩:٠٠ مساءً نعومي / سوزان أكتف هول	المعسكر الرياضي (١٥-١٧) سنة ١٠:٠٠ مساءً نعومي / سوزان أكتف هول	السباحة (١٢-١٤) سنة ٠٨:٠٠ مساءً سوزان بركة السباحة	مهارات اللعب بالكرة (١٢-١٧) سنة ١٠:٠٠ مساءً نعومي / سوزان أكتف هول	تدريبات البطن (١٢-١٤) سنة ٠٩:٠٠ مساءً نعومي / سوزان FS7	العاب المرح (١٢-١٧) سنة ٠٩:٠٠ مساءً نعومي / سوزان أكتف هول
تدريبات الهيب هوب (١٢-١٧) سنة ١٠:٠٠ مساءً بولا FS3		العاب المرح (١٢-١٧) سنة ٠٩:٠٠ مساءً نعومي / سوزان أكتف هول		المعسكر الرياضي (١٥-١٧) سنة ١٠:٠٠ مساءً نعومي / سوزان أكتف هول	التدريب الدائري (١٥-١٧) سنة ١٠:٠٠ مساءً نعومي / سوزان FS3
		تدريبات البطن (١٢-١٧) سنة ١٠:٠٠ مساءً نعومي / سوزان FS3			