

برنامه فعالیت‌های ورزشی شرکت مهندسين مشاور سازه پردازی ایران

با احترام، کمیته ورزش شرکت سازه پردازی ایران با اهداف زیر، جهت بهره برداری شما عزیزان، امکانات ورزشی و تفریحی ارائه می‌نماید.

۱. ایجاد نشاط و صمیمیت بیشتر در بین همکاران
۲. پرورش نیروی جسمانی و تقویت روحیه سالم در همکاران
۳. ایجاد ارتباط و همکاری بیشتر بخش‌ها و شرکتهای همکار از طریق مسابقات ورزشی

فعالیت‌های ورزشی مورد نظر بصورت سالانه برنامه‌ریزی می‌گردند، فعالیت‌ها شامل ۵ دسته می‌باشند:

الف) باشگاه ورزشی

ب) سالن پینگ پنگ

پ) استخر

ت) سالن فوتسال (آقایان)

ث) مسابقات ورزشی

الف) باشگاه ورزشی

- هزینه‌های باشگاه ورزشی ۵۰٪ بر عهده همکار می‌باشد.
- ثبت نام باشگاه ورزشی بصورت سه ماهه اول هر فصل از طریق سایت ورزش انجام می‌گردد.

خانم‌ها (روزهای فرد)	آقایان (روزهای زوج، روزهای فرد ۱۹:۰۰ به بعد)
۱- پیلاتس TRX (از ساعت ۱۷:۰۰ الی ۱۸:۰۰)	۱- بدنسازی
۲- فیتنس TRX (از ساعت ۱۸:۰۰ الی ۱۹:۰۰)	
۳- بدنسازی (از ساعت ۱۶:۰۰ الی ۱۸:۳۰)	
۴- یوگا (از ساعت ۱۶:۰۰ الی ۱۵:۰۰)	
محل برگزاری باشگاه‌های ورزشی سالن ورزشی چند منظوره آفتاب (انرژی اتمی) می‌باشد.	
آدرس: تهران، امیر آباد، بلوار آزادگان، خیابان ۲۴	

- زمان دقیق آغاز کلاس‌های ورزشی پس از ثبت نام کامل همکاران اعلام می‌گردد.
- حداکثر غیبت مجاز در هر ماه ۳ جلسه می‌باشد. در صورت رد کردن سقف غیبت، کل هزینه ثبت نام از حقوق فرد کسر خواهد گردید و شرکت برای آن فرد هزینه‌ای تقبل نخواهد کرد.

ب) سالن پینگ پنگ

- سالن پینگ پنگ هفته ای ۱ جلسه با مربی برای خانم‌ها و آقایان می باشد. هزینه سالن پینگ پنگ بر عهده شرکت است. از آنجایی که هزینه ها بر اساس تعداد نفرات می باشد، ثبت نام سالن پینگ پنگ نیز بصورت فصلی از طریق سایت ورزش می باشد.
خانم‌ها: روز یکشنبه از ساعت ۱۷:۰۰ الی ۱۸:۳۰
آقایان: روز دوشنبه از ساعت ۱۷:۰۰ الی ۱۸:۳۰
- ثبت نام باشگاه ورزشی بصورت سه ماهه اول هر فصل از طریق سایت ورزش انجام می گردد.

پ) استخر

امکانات استفاده از استخر شامل دو استخر زیر می باشد.

۱- مجموعه ورزشی هتل ارم

کارت عضویت سالانه برای همکاران صادر می گردد. (از آنجایی که زمان عقد قرارداد با مجموعه در ابتدای هر سال می باشند امکان تهیه بلیط برای همکاران در طول سال امکان پذیر نمی باشد.)

شرایط استفاده

آقایان: همه روزه ۰۵:۳۰ صبح الی ۲۴:۰۰

جمعه‌ها و ایام تعطیل: ۰۸:۰۰ صبح الی ۲۲:۰۰

بانوان: همه روز و ایام تعطیل ۰۸:۰۰ صبح الی ۲۳:۰۰

۲- استخر مجموعه آبی آفتاب (انرژی اتمی)

محل استخر سالن آبی آفتاب (انرژی اتمی) می باشد.

آدرس: تهران، امیر آباد، بلوار آزادگان، خیابان ۲۴

- برنامه دقیق استفاده از بلیط استخر در برنامه مجموعه آفتاب مشخص گردیده است.
- زمان استفاده از هر کارت ۱.۵ ساعت می باشد.
- روزهای فرد خانمها و روزهای زوج آقایان هستند.

ت) سالن فوتسال (آقایان)

- سالن فوتسال هفته ای ۱ جلسه روزهای چهارشنبه ساعت ۱۷:۳۰ الی ۱۹:۰۰ می باشد.
- هزینه اجاره سالن فوتسال بر عهده شرکت است. کلیه آقایان ورزشکار می توانند در این سالن حضور داشته باشند.
- مجموعه ورزشی بامداد
- آدرس: خیابان شیخ بهایی شمالی، نرسیده به میدان پیروزان، نبش کوچه دوازده متری اول غربی، پلاک ۴۴

ث) مسابقات ورزشی

شرکت سازه پردازی در هر سال مسابقات پینگ پنگ (آقایان و خانم ها) و مسابقات فوتسال (آقایان) را برگزار می نماید.

مسئولین ورزش:

- مسئول ورزش شرکت خانم مهندس نازنین برخی می باشند. در صورت هر گونه ابهام و سوال در رابطه با نحوه برگزاری کلاس های ورزشی با داخلی ۱۳۲ تماس حاصل فرمایید.
- نماینده کمیته ورزش در بخش انرژی و صنعت خانم فاطمه صفری با داخلی ۲۳۲ می باشند. کلیه هماهنگی ها در بخش انرژی و صنعت از طریق ایشان صورت می گیرد.