**الالعاب البدنية(الجيم)**

طريقة الحجز:الشخص هينزل يسال ف الشؤؤن الادارية ع الاشتراك وبعدين بيعرف تمن الكارنيه ويختار هو هيشترك ف اى برنامج وبعدين بيشترك ويطلع الكارنيه تانى يوم  
وفى اكاديمية التأهيل العسكرى ودا خاص للطلبة بس نفس برنامج اعداد بدنى وايروبك

بالنسبة للتذكرة:لو مش هيشترك ويدخل بتذاكر يبقى هيدفع تمن التذكرة ف اى وقت هيدخل فيه بس مش بيكون ليه مدرب محدد

البرامج المتاحة:اعداد بدنى وcrossfit ونحافة وتخسيس

بالنسبة للكارنيه:بيكون شامل كارنيه داخلى او خارجى

كارنيه داخلى:خاص باعضاء هيئة التدريس والطلبة وبيكون سعره 135

كارنيه خارجى:غير ذلك بيكون سعره 160

فى حالة مدارس: الاعداد البدنى اتاحية الاشتراك فيه بتكون لمدة شهر او 3 شهور وبيكون 12 مرة ف الشهر

فى حالة اكاديميات:فى الاكاديمية الاوليمبية للتقديم العسكرى..مدة الكارنيه فيها لمده شهرين بيكون 3 مرات ف الاسبوع

**الملاعب المفتوحة**

تشمل كرة الطايرة والسلة والتنس واليد والقدم وفى منها امر توريد او تعاقدات او اذن دفع

بالنسبة للالعاب الجماعية والتيمات اللى هى كرة القدم والسلة والطايرة كلها تنقسم الى مدارس داخلى وخارجى..بمعنى ان التيمات اللى هتلعب هتكون من خارج الجامعة ولا من الجامعة وبين الكليات وبعضها..قيمة كل مدرسة تختلف عن التانية

بالنسبة للاشتراك..بيكون لمدة شهر ب 12 فترة او لمدة 3 شهور ب 36 فترة او لمدة 5 شهور ب 60 فترة

**السباحة**

مش فيها تذاكر بتكون كارنيه بس بالاشتراك الشهرى وتنقسم الى مدارس واكاديميات

بالنسبة للمدارس:تنقسم الى مدارس سباحة ومدارس زعانف

بيكون الاشتراك مدته شهر وبعد ذلك تجديد للكارنيه لمين يريد والكارنيه بيكون داخلى او خارجى

الشهر بيكون بداية من تاريخ معين وينتهى عند يوم معين وبيكون 12 مرة ف الشهر بعد ذلك يقفل الباركود للكارنيه حتى لو انتهوا ال 12 مرة ولسه الشهر مش خلص وفى فترة سماح بتكون مدتها 15 يوم وبيكون الشخص مبلغ قبلها ان هياخد الفترة دى بعدها يقفل الباركود للكارنيه

كارنيه داخلى:خاص باعضاء هيئة التدريس والطلبة

كارنيه خارجى:غير ذلك

بالنسبة للاكاديميات:بيكون الاشتراك لمدة 3 شهوروبيتيح الدفع بالاقساط ع ال 3 شهور ..اول شهر بيدفع المبلغ المطلوب وتانى شهر كذلك وفى تالت شهر بيعمله تخفيض.....ولازم نوضح ف الباركود القسط اللى هيدفعه هيكون بتاع الشهر الاول او التانى او التالت..وبينتهى الكارنيه بعد 3 شهور او 36 فترة ايهما اقرب