



فعال ورزشی دانشگاه



اعظم رستگار

(عضو غیرمیات علمی دانشگاه الزهرا)

معاونت اداری و مالی - معاونت دانشجویی
مدیریت تربیت بدنی دانشگاه الزهرا



فعالیت های ورزشی اعظم رستگارتا بهمن ۱۴۰۰

• الف) سوابق ورزشکاری

- الف - ۱) فعالیت در رشته ورزشی والیبال
- الف - ۲) عضو تیم والیبال دانشگاه الزهرا

ب) مقام های ورزشی کسب شده

ب - ۱) مقام اول رشته دارت در مسابقات ورزشی درون دانشگاهی کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه الزهرا به مناسبت روز گفتگو و تعامل سازنده - سال ۱۳۹۹

معاونت اداری و مالی - معاونت دانشجویی
مدیریت تربیت بدنی دانشگاه الزهرا



فعالیت های ورزشی اعظم رستگارتا بهمن ۱۴۰۰

- (ج) شرکت در دوره های دانش افزائی ورزشی
 - (ج-۱) شرکت در کارگاه آموزشی ورزش و تغذیه سالم - سال ۱۳۹۹
 - (ج-۲) شرکت در وبینار یوگای خنده - سال ۱۳۹۹
 - (ج-۳) شرکت در وبینار اهمیت آب در ورزش و تغییر آب مصرفی - سال ۱۴۰۰
 - (ج-۴) شرکت در وبینار PH خون، اسیدی و قلیایی شدن خون، ارتباط با بیماری ها و تاثیر ورزش بر اسیدیتته خون - سال ۱۴۰۰
 - (ج-۵) شرکت در وبینار دوچرخه سواری همگانی - سال ۱۴۰۰