



فعال ورزشی دانشگاه



مریم السادات مساعد

(عضو غیر بنیاد علمی دانشگاه الزهرا)

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



فعالیت های ورزشی مریم السادات مساعد تا شهریور ۱۴۰۰

الف) سوابق ورزشکاری

الف - ۱) عضو تیم شنای کارکنان دانشگاه الزهرا و شرکت در مسابقات اولین جشنواره

ورزشی کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه های منطقه یک - سال ۱۳۹۵

الف - ۲) عضو تیم شنای کارکنان دانشگاه الزهرا و شرکت در مسابقات دومین جشنواره

ورزشی کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه های منطقه یک - سال ۱۳۹۶

الف - ۳) فعالیت در ورزش صبحگاهی (به صورت انفرادی و گروهی)

الف - ۴) فعالیت در دوره های ورزشی پیلاتس و کار با دستگاه (به صورت انفرادی و گروهی)

الف - ۵) عضو تیم کوهنوردی دانشگاه الزهرا - ۱۴۰۰



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



ب) مقام های ورزشی کسب شده

ب-۱) مقام پنجم شنا (رشته کراول) در اولین جشنواره ورزشی کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه های منطقه یک کشور در رده سنی زیر ۳۰ سال به میزبانی دانشگاه خوارزمی - سال ۱۳۹۵

ب-۲) مقام پنجم شنا (رشته کراول) در دومین جشنواره ورزشی کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه های منطقه یک در رده سنی زیر ۳۰ سال به میزبانی دانشگاه خوارزمی - سال ۱۳۹۶

ب-۳) شرکت در مسابقه شعارنویسی ورزشی دانشگاه الزهرا و انتخاب به عنوان یکی از سه شعار برگزیده دانشگاه - سال ۱۴۰۰



مدیریت تربیت بدنی
دانشگاه الزهرا (س) برگزار می کند:
مسابقه مجازی شعار ورزشی
جایزه نقدی به بهترین شعار
و ویژه
اعضای هیات علمی
کارکنان و دانشجویان
دانشگاه الزهرا (س)
همراه با ارسال
مشخصات کامل
جهت کسب
اطلاعات بیشتر
با شماره
۰۹۱۲۶۸۰۶۶۳۱
خانم های
تماس حاصل فرمایند.

یک شعار ورزشی برای دانشگاه
با تاکید بر ورزش بانوان
در راستای اهداف بلندمدت
کوتاه و اثرگذار
آخرین مهلت ارسال
۳۰ اردیبهشت ۱۴۰۰

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



ج) شرکت در دوره های دانش افزائی ورزشی

ج-۱) شرکت در کارگاه آموزشی ارتقاء سلامت از طریق ورزش - سال ۱۳۹۹

ج-۲) شرکت در کارگاه آموزشی سهم من از حال خوب - سال ۱۳۹۹

ج-۳) شرکت در کارگاه آموزشی مشارکت داوطلبانه در ورزش - سال ۱۳۹۹

ج-۴) شرکت در کارگاه آموزشی ورزش و تندرستی - سال ۱۳۹۹ و ۱۴۰۰



د) سایر فعالیت های ورزشی

د-۱) شرکت در کلاس های آموزشی پیلاتس - سال ۱۳۹۶ الی ۱۳۹۸

د-۲) شرکت در همایش بزرگ پیاده روی خانوادگی باغ گیاه شناسی - سال ۱۳۹۷

د-۳) شرکت در همایش بزرگ پیاده روی کارکنان و اعضای هیات علمی دانشگاه الزهراء به مناسبت گرامیداشت هفته تربیت بدنی - سال ۱۳۹۸

د-۴) شرکت در مسابقه آمادگی جسمانی کارکنان دانشگاه الزهراء (شنا سوئدی سرعتی) - سال ۱۴۰۰

د-۵) همکاری و شرکت در افتتاحیه مسابقات دوچرخه سواری دانشجویان دانشگاه الزهراء - سال ۱۴۰۰

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