



امام جمعه کرج:

برای حمایت از کارگران کالای ایرانی بخریم

برنامه‌های ویژه آموزش و پرورش استان البرز در هفته معلم همواره باید قدرشناس معلمان باشیم

به گزارش خبرنگار جام جم البرز ۱۰ اردیبهشت در آستانه هفته معلم نشست خبری مدیرکل اداره آموزش و پرورش استان البرز با اصحاب رسانه برگزار شد. علی حجرگشت در این نشست به برنامه‌هایی که از سوی این اداره در ایام هفته معلم در نظر گرفته شده است اشاره کرد و در پایان به سوالات خبرنگاران پاسخ داد. مدیرکل آموزش و پرورش استان البرز در ابتدا ضمن تبریک هفته معلم به همکاران گفت: ما هم اکنون بیش از...



روایت خبرنگار البرز از دیدار کارگران با مقام معظم رهبری؛

وفاداری جامعه کارگری به نظام و انقلاب

در سفر دکتر رئیسی به استان البرز مطرح شد؛

دستور رئیس جمهور به وزیر کار برای ساماندهی قراردادهای کارگری

مجموعه تولیدی نگاه چوب:

نگاه چوب، برند شاخص داخلی با کیفیت صادراتی

رویا اسدیان، مدیر آموزشگاه خبر داد:

آموزشگاه صنایع غذایی و علوم تغذیه راهی برای کسب درآمد خانواده‌ها

تکاهی به کتاب‌هایی که حرف می‌زنند
کتابخانه انسانی چیست؟سرپرست فضای سبز شهرداری البرز
شناسایی ۳۹ گونه گیاهی مقاوم به کم آبی
در کرج

خود را می‌شناسد و برای شکوفایی استعدادها و قابلیت‌های آنان گام بر می‌دارند تا در یک محیط آرام و بانشاط قرار بگیرند از خصوصیات و پارامترهای یک مدرسه موفق می‌باشد.

در ادامه با توجه به توضیحات فوق لطفاً به صورت مصداقی جزئیاتی از این طرح‌ها را واکاوی کنید.

همانطور که در ابتدای این مصاحبه بیان کردم یک نمونه از این مصداقی شوراهای دانش آموزی است که اعضای آن با انتخابات میان دانش آموزان یک مدرسه برگزیده می‌گردند از اهداف اجرای این فعالیت در مدارس:

- ۱- زمینه سازی رشد مهارت‌های فردی اجتماعی
 - ۲- توسعه همکاری و یاری رساندن در امور آموزشی و پرورشی
 - ۳- تعامل بیشتر میان مسئولان مدرسه با دانش آموزان می‌باشد
- اما در مدارس موفق و پیشرو ساختار این فعالیت دانش آموزی بازسازی و ترمیم شده است در این مدل مدرسه به مثابه یک کشور در نظر گرفته شده که هر یک از کلاس‌ها یک استان از این سرزمین پهناور را تشکیل می‌دهند. بنابراین انتخابات به صورت کلاسی برگزار می‌شود و فرد منتخب هر کلاس که همان مدیر کلاس می‌باشد نماینده قانونی آن کلاس در شورای دانش آموزی مدرسه خواهد بود.
- تمام فعالیت‌های کلاس زیر نظر مدیر و شورای دانش آموزی کلاس هدایت می‌گردد و به هر کلاس بودجه مالی جهت اداره کلاس و پرداخت هزینه‌های جاری از طرف مدرسه تعلق می‌گیرد و اموری از جمله نظافت روزانه و خرید وسایل مورد نیاز و پرداختن به زیبا سازی و دکوراسیون کلاس و غیره بر عهده دانش آموزان می‌باشد.

یک مصداق دیگر از این طرح‌ها، تخصصی ارائه شدن محتوای دروس است. دروسی مانند ریاضی، علوم و ادبیات و با دو دبیر و با سرفصل‌های مشخص ارائه می‌گردد. از جمله می‌توان به برگزاری کلاس‌های زنگ ورزش به صورت تخصصی و به شکل انتخاب واحد رشته ورزشی از جانب دانش آموزان نام برد هر دانش آموز بر اساس علاقه و استعداد خود یکی از رشته‌های ورزشی فوتبال، والیبال، بسکتبال یا پینگ پنگ یا شطرنج را انتخاب می‌نماید.

پژوهش زیربنای رشد آموزشی است

در این مدارس ارائه کلاس‌های علمی پژوهشی به انتخاب موضوع کلاس بر اساس علاقه و توانمندی هر دانش آموز یکی دیگر از نمونه‌های موفق می‌باشد.

با این بررسی‌هایی که در این گفتگو صورت گرفت در پایان یک جمله بندی از وجه تمایز مجموعه مدارس سلام بیان کنید.

زندگی به زنگ سلام یعنی:

سیستمی و هدفمند بودن مدرسه، تخصصی نمودن فعالیت‌ها و برنامه‌ها جامعه گرا بودن نظام مدرسه، داشتن نیروی انسانی کارآمد و اثربخش، توجه به نیازهای مخاطبین، ایجاد محیط امن همراه با نشاط و شادی.

حرف آخر

معلمی موهبتی است که باید قدر و ارزش آن را دانست زیرا خداوند مهربان هدایت و رشد بالندگی اشرف مخلوقات خودش را در دستان یک انسان دیگر قرار داده است.

به بهانه هفته معلم در گفتگویی صمیمی با مرتضی سلطان محمدی مدیر متوسطه دوره اول سلام البرز واکاوی شد:

شاخصه‌های برترین مدارس کشور



جام جم البرز- مرتضی سلطان محمدی مدیر یکی از شعب مجموعه مدارس سلام در استان البرز می‌باشد. ایشان حدود ۳۰ سال در آموزش و پرورش فعالیت داشته‌اند. این مدیر متعدد سال‌های خدمت گذاری در مقاطع مختلف ابتدایی، راهنمایی، دبیرستان و همچنین دانشگاه‌ها موجب ثمرات ملموسی در نظام تعلیم و تربیت کشور بوده‌اند. تجارب بسیار ارزنده و تراز بالای مدیریتی ایشان موجب گشت تا با این انسان خدمت‌مصابحه‌ای را برگزار کنیم. این نشست حاوی نکات ارزشمند از مهارت‌های متعدد زندگی است که توجه شما خوانندگان گرامی را به متن ذیل جلب می‌نماییم.

در یک کلام نوآوری و به روزرسانی و استفاده از طرح‌ها و برنامه‌های تاثیرگذار و جریان ساز از شاخصه‌های مدارس موفق است.

به نظر شما اولین و مهمترین زاویه درجه بندی برای توانمندی خدمات یک مدرسه در چه پارامترهایی ارزیابی می‌شود؟

ارائه یک بسته کامل خدماتی کمی و کیفی در همه ابعاد مورد نیاز یک دانش آموز که در نظام تعلیم و تربیت مدرسه تعریف شده است تا مخاطبین خود را به نقطه تعالی هر فرد برساند. داشتن برنامه منسجم در یک مدرسه ایده آل همراه با نیروی انسانی کارآمد و اثرگذار که مخاطب

مدل‌ها و طرح‌های کاربردی و مهارتی باعث رشد و پیشرفت و بالندگی دانش آموزان گردند. به عنوان نمونه عرض می‌کنیم از جمله ساخت‌های این سند « تربیت اجتماعی و سیاسی » و یا « تربیت زیباشناختی و هنری » می‌باشد از طرفی هم می‌توان از تشکلهای نقش آفرین و موثر در نظام یک مدرسه « شوراهای دانش آموزی » را نام برد. هر چند شیوه نامه اجرای آن احتیاج به بازنگری دارد. در مدارس پیشرو با تغییراتی که در مدل اجرای تشکیل شوراهای دانش آموزی داده‌اند به بازسازی و ترمیم آن پرداخته‌اند.

ویژگی‌ها و خصوصیات یک مدرسه ممتاز را چگونه تحلیل می‌کنید؟

برای تشخیص و آشنایی با مدارس موفق نسبت به سایر مدارس، در ابتدا باید به درک صحیح و اهمیت اهداف آموزش بر اساس اسناد بالادستی که مهم ترین آنها سند تحول بنیادین آموزش و پرورش می‌باشد برسیم.

سند دارای مبانی نظری و فکری است که یک مدرسه خلاق و توانمند می‌تواند با بهره گیری از اصول و ارزش‌های ارائه شده و تبدیل آنها به نمونه‌های اجرایی و قابل پیاده سازی در نظام یک مدرسه و ایجاد

امام جمعه کرج:

برای حمایت از کارگران کالای ایرانی بخریم

امام جمعه کرج گفت: وظیفه ما برای حمایت از کارگران و تقویت آنان، خرید کالای ایرانی است...

در سفر دکتر رئیسی به استان البرز مطرح شد:

دستور رئیس جمهور به وزیر کار برای ساماندهی قراردادهای کارگری

مساعادت لازم را خواهد داشت تا مشکل افراد فاقد مسکن و کسانی که دغدغه مسکن دارند را برطرف کنیم...

کرد: قراردادهای کارگران باید به صورتی باشد که امنیت شغلی کارگر را تامین کند...

رئیس جمهور به منظور تکریم و پاسداشت کارگران، تجلیل و قدردانی از نخبگان جامعه کار و تولید کشور و شرکت در آیین تجلیل از کارگران نمونه...



ساعتی از دیدار آیت الله العظمی خاتمی با کارگران و پرسنل کارخانه در استان البرز.

برنامه‌های ویژه آموزش و پرورش استان البرز در هفته معلم

همواره باید قدرشناس معلمان باشیم

معلمان محترم صورت می‌پذیرد. روز ۱۵ اردیبهشت ماه در سراسر استان قبل از خطبه‌های نماز جمعه سخنرانی و میز خدمت مسئولان آموزش و پرورش برگزار میشود...

استان انتخاب شدند و ۵ نفر از این عزیزان به ستاد وزارتخانه و همچنین در سطح مناطق و مدارس معرفی شدند. قرار است در روز ۱۶ اردیبهشت با حضور مسئولان مراسم قدردانی از این معلمان عزیز برگزار شود...



بیش از ۵۰ هزار معلم شاغل و بازنشسته در استان داریم. حدود ۱۰ هزار نفر از همکاران در مدارس و مراکز غیر دولتی مشغول هستند...



کرد: اما سنگ بنای مقاومت که توسط امام و انقلاب گذاشته شد و رشد کرد امروز در حال ثمر دادن است...

مشاوران حقوقی



مشاوران حقوقی و قضایی خود می‌توانید مشکلات حقوقی و قضایی خود را با روزنامه جام جم البرز در میان بگذارید...

محررب خود می‌توانند هر هفته و در همین ستون به سؤال‌های شما پاسخ دهند. لازم است بدانیم که پاسخ‌های داده شده به سؤال، صرفاً جنبه مشورتی دارد و قابل استناد در مراجع قضایی و اداری نمی‌باشد...

سختی کار یا رنج نداری؟

امام علی علیه السلام: من لم یصبر علی کثیره صبر علی الإفلاس هرکس بر سختی‌های کسب و کار صبر نکند، باید رنج نداری را تحمل کند...

Advertisement for 'MEHLA' (مهلا) featuring a woman in a headscarf. Text: محبوبه معارفونند، مدیر دبستان (دوره دوم) و دبیرستان (متوسطه دوره اول) غیر دولتی هوشمند معرفی کرد: مهلا، برترین شیوه پرورش و آموزش با اساتید بزرگ و مطرح منطقه

دبیرستان و دبستان هوشمند دخترانه مهلا دارای کادری مجرب و مدیریتی اخلاق مدار و فرهیخته می‌باشد. معلمان این مدارس از سابقه‌ای درخشان در حوزه آموزش و پرورش برخوردار هستند...

Advertisement for 'MEHLA' with contact information: نشانی دبستان: مارلیک-میدان گلها-جنب ساختمان جردوی-دبستان غیردولتی هوشمند مهلا. شماره‌های تلفن همراه: ۰۹۳۴۶۶۰۷۳۲۴-۰۹۱۹۲۶۰۰۸۳۵. شماره تلفن ثابت: ۰۲۱۶۵۱۲۲۹۴

Large advertisement for 'NEGAH CHOOB' (نگاه چوب). Includes contact info for Tehran (۰۹۳۹۶۰۱۰۴۸۹), Kرج (۰۹۰۵۲۰۱۴۰۶۹), and other branches. Text: راه‌های ارتباطی با مجموعه تولیدی نگاه چوب: شماره تماس کارخانه، شعبه کرج خیابان امیری، شعبه ۲ تهران دلاوران، شعبه ۳ انزلی (پدیده)، شعبه ۴ انزلی (پدیده)، شعبه ۵ کرمانشاه، شعبه ۶ آبادان. Website: negahchoob.ir



شناسایی ۳۹ گونه گیاهی مقاوم به کم آبی در کرج



سرپرست سازمان سیما، منظر و فضای سبز شهری شهرداری کرج گفت: ۳۹ گونه گیاهی مقاوم به کم آبی در کرج که در این مقاله به آن

پرداخته شده علاوه بر ارتقای فضای سبز شهری در استان البرز و شهر کرج می تواند در مصرف و مدیریت بهینه آب مؤثر باشد.

داشته باشند از اهمیت ویژه ای برخوردار است. او گفت: چنین گیاهانی می توانند با شرایط اقلیمی و خاکی متفاوت، بدون نیاز به تیمارهای خاص برای نگهداری و با آبیاری به نسبت کم مستقر شوند و با محیط های طبیعی سازگاری داشته باشند. عاقلی گفت: در این مقاله که به کوشش کارشناسان سازمان سیما، منظر و فضای سبز شهری شهرداری کرج (رضا موسوی فرد، مهشید فیروزبخت، حمیده آلیانی) تدوین شده با مطالعه موردی شهر کرج، شناسایی گونه های گیاهی مقاوم به کم آبی معرفی و بررسی شده است.

سرپرست سازمان سیما منظر و فضای سبز شهری شهرداری کرج گفت: به کوشش کارشناسان این سازمان با ارائه مقاله، ۳۹ گونه گیاهی مقاوم به کم آبی در کرج شناسایی شد. به گزارش جام جم البرز: علیرضا عاقلی گفت: با توجه به تجارب کارشناسان و نتایج بعضی از طرح های تحقیقاتی بعضی از گونه های درختان و درختچه ها و گل های زینتی نسبت به موارد مشابه نیاز آبی کمتری دارند و به خشکی مقاوم تر هستند. او افزود: شرایط بسترهای کشت در نقاط مختلف شهر و استان ها متفاوت است و با توجه به

شعر

دنیای دنی



رایین شاه حسینی (مرام) شاعر

هر لقمه از این خوان پر از نعمت دنیا صد درد و گزند که در این لقمه نهان است گر یک شکم سیر از این سفره چرانیم گرگ اجلی در پی این دینه دوان است یک جرعه شراب می و، صد درد تالم دردی که نه کاسه ی آن یاده خوران است تا خنده ی نرمی که فلک صورتمان دید صد گریه تلخی که پی خنده روان است یک غنچه زیبا و گلی بر سر این باغ خاری که هزاران پی هر غنچه دهان است هر روز به کابین یکی رفته، عجزه هیهات که کابین چنین زوجه، چنان است تا دل بدهی، دل برد و جنبه ندارد معشوقه ی فتانه ی بی جنبه، جهان است این گریه صفت، نازک و نرم است و فریبا هس دار که بی شرمی این گریه عیان است هس دار که دنیای دنی، دل نه فریبست بی مهر و وفائی که در این عشوه گران است بازار جهان سود و زیانش به چه ارز آدینه و هر روزه و هر شنبه زیان است تا مدح تو را در سر بازار به دادند تا شب نشده، شیون هر نوحه گران است آن صورت زیبای جهان همچو رخ ماه افتاده به آبی که در آن پنبه، کتان است عمری است به مرداب جهان غوطه ورا نیم این در به دری خاصیت غوطه وران است بر قامت زیبای کهن، لطف مرقع دل می برد، و قیمت این کهنه گران است صد عیب نهان دارد و کس واقف آن نیست گر چشم بصرت بود آن فحبه عیان است در گردش ایام و بسی مهر و بهاران آن نوبه بهاران و در این نوبه خزان است

کتابخانه انسانی چیست؟



کتابخانه انسانی، کتاب هایی که حرف می زنند. کتابخانه انسانی همانند دیگر کتابخانه ها است. با این تفاوت که کتاب های حرف می زنند در واقع کتاب ها همان انسان ها هستند و به جای آن که آنها ورق بزنند، مدت ۳۰ دقیقه پای حرف های یک غریبه می نشینید و به داستان زندگی اش گوش می دهید و یک تجربه را یاد می گیرید. می توانید با نویسنده صحبت کنید و سوال داشته باشید. بیشتر پرسید و بیشتر بدانید. در این کتابخانه به افرادی که قصه ی زندگی خود را تعریف می کنند کتاب گفته می شود. هر داوطلب کتابی با یک موضوع خاصی است. این افراد می خواهند داستان زندگی خود را برای دیگران بارها و بارها بگویند. مردم با این گفت و شنود در مورد موضوع های مختلف درک بیشتری پیدا می کنند و راحت تر آن را می پذیرند. این درک بیشتر به داشتن جامعه ای موفق کمک می کند. این کتاب های ناطق مردم را تشویق می کند که آنها را از ظاهرشان قضاوت نکنیم. اولین کتابخانه



مریم دهقان سانیچ روانشناس

از ۵ کشور جهان فعال است و با استقبال بی نظیری از سوی مردم روبرو شده است و هم چنان در حال رشد است. دلایل انتخاب کتابخانه انسانی بیشتر ایجاد تفاهم در راستای تنوعی در جامعه های کنونی دنیا در بین اقشار مردم از نظر عقاید و قومیت و... می باشد. این گونه کتابخانه باعث ایجاد ارتباط واقعی بین مردم و افزایش انسجام اجتماعی محلی می گردد. کتابخانه انسانی و تبدیل شدن به کتاب برای بیان تجربه زیستن یک فعالیت صدر صد داوطلبانه است. کتابخانه انسانی فرصتی برای روایت کردن تعامل یادگیری آگاهی رسانی است. اکنون کتابخانه انسانی محله هرندی فعالیت خود را در سرای محله هرندی آغاز کرده و با کمک تسهیل گران حوزه اجتماعی می کوشد تا رای صدای خاموش زنان محله هرندی از آسیب های فضاهای ناپهنجار و بی دفاع شهری باشد.

آگهی برگزاری تجدید انتخابات انجمن صنفی کارگری، کج کاران شهر سان کرج

به استناد ماده ۱۳۱ قانون کار و آیین نامه مصوب ۶/۱۰/۷۱ هیات وزیران و به موجب صورتجلسه های مجمع عمومی مورخ ۱۰/۱۱/۱۴۰۱ و هیات مدیره مورخ ۱۹/۱۱/۱۴۰۱ و سایر مدارک تسلیمی، اسامی و سمت هر یک از اعضای اصلی و علی البدل هیات مدیره انجمن از تاریخ فوق به مدت سه سال و بازرسان از تاریخ یاد شده بمدت یکسال انتخاب شده اند به شرح ذیل می باشد:

- ۱- آقای بیت اله عبدی رئیس و دبیر هیات مدیره
- ۲- آقای ابراهیم محمد ویردی نائب رئیس هیات مدیره
- ۳- آقای آیت اله عبدی خزانه دار هیات مدیره
- ۴- آقای جواد جابری عضو علی البدل هیات مدیره
- ۵- آقای ناصر عبدی عضو علی البدل هیات مدیره
- ۶- آقای احمد علی خدابنده لو بازرس اصلی هیات مدیره
- ۷- آقای باقر محمدی بازرس علی البدل هیات مدیره

ضمنا برابر ماده ۲۷ اساسنامه انجمن امضای کلیه چک ها، اسناد اوراق بهادار و تعهد آور به عهده رئیس به همراه خزانه دار و ممهور نمودن آن به مهر انجمن معتبر خواهد بود.

روابط عمومی اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان البرز

اکبر پروری، مدیر مجموعه صنعتی آراز پانل خبر داد: ساخت ۱۰۰۰ مترساختمان مسکونی در ۴۵ روز



مهندس اکبر پروری، مدیر فن سالار و متخصص مجموعه عرشه سازه سوله با برند آراز پانل می باشد. وی دارای مدرک کارشناسی ارشد رشته معماری است. این مدیر توانمند پس از فارغ التحصیلی از دانشگاه، اقدام به ثبت شرکت در زمینه ابنیه طراحی راه و ساختمان های مسکونی نموده است. این مجموعه ها تحت نظر دفتر فنی مهندسی ژئو سازه و همچنین شرکت آراز عرشه سازه سوله با برند آراز پانل می باشد. مهندس پروری در پروژه های مختلف عمرانی و

ملی و همچنین در ۹۰ درصد از پروژه های سد سازی به عنوان پیمانکار تجهیز و ساخت کمپ کارگاه های عمرانی نیز حضوری پویا و فعال داشته است. این مدیر زنده، طراحی و نمایندگی فروش محصولات مطرح و صاحب نامی همچون مجتمع صنعتی فولاد غرب را دارد و در حال حاضر از نمایندگان انحصاری البرز به شمار می رود. در همین رابطه روزنامه جام جم البرز با این مدیر مجرب گفتگویی انجام داده است که در ذیل می خوانید:

در رابطه با سوابق فعالیت و پروژه های اجرایی مجموعه های ژئو سازه و آراز پانل توضیح فرمایید.

بنده در طراحی و اجرای ساختمان های پیش ساخته و به اصطلاح پیچ و مهره ای فعالیت می نمایم. مجموعه ما توانایی احداث و تولید هزار متر مربع ساختمان مسکونی و کمپ پروژه های عمرانی را ظرف ۴۵ روز کاری را دارا می باشد. این در حالی است که مراحل تولید این پروژه ها به شیوه سنتی بین ۲ الی ۳ سال به طول می انجامد.

قالب ساختمان های ما ساندویچ پانل است. اینچنانج با شرکت ساندویچ پانل سازی ماموت، دلتا پانل تبریز، نورد کاران فولاد غرب تبریز همکاری داشته ام. همچنین حدود دوسال و نیم در کشور عراق فعالیت و پروژه های ساخت و ساز را طراحی و اجرا نموده ام. در زمینه تونل سازی و راه سازی واحداث خانه های بیت الشهدا در شهر بصره عراق نیز فعالیت داشته ام. علاوه بر آن در کشورهای دیگر از جمله: جیبوتی آفریقای جنوبی، ساخت و ساز ساختمان مجلس، و ساختمان هایی شبیه مسکن مهر ایران در کشور ونزوئلا فعالیت می کردم. هم اکنون نیز با شرکت های ملی ساختمان - آهاب - مهاب قدس- سایبر، خاتم النبیاء و سدهای گرمی جای - سد چایلی- سد چم شیر - پتروشیمی چابهار- نیسکر خرمشهر و پروژه های انتقال آب دریای عمان به کویر، همکاری و معاضدت دارم. و در این اواخر با طراحی و احداث و تجهیز چند سالن سردخانه میوه با تجار و شرکت های وابسته به جهاد کشاورزی همیاری و همکاری داشته ام.

سازه های تولیدی مجموعه های تحت مدیریت جنابعالی چگونه نصب می شوند؟

سازه ها پس از تولید و قطعه سازی در کارگاه خودمان به صورت مجزا به محل مورد نظر ارسال و با پیچ و مهره ثابت می گردد. همچنین این محصولات با کیفیت تا پنج مرتبه توانایی و امکان نصب و جمع آوری را داراست. و تنها باطله ای اندک به دنبال دارد.

بهره مندی باشگاه ورزشی سورنا از مربیان با تراز جهانی

ابوالفضل تیرسرای، مدیر باشگاه ورزشی سورنا اعلام کرد:

ابوالفضل تیرسرای، مدیر حرفه ای و متخصص باشگاه ورزشی سورنا می باشد. وی فعالیت خود را به عنوان مدیریت باشگاه حدود هفت سال است که آغاز نموده است. از وجوه تمایز این مجموعه می توان به امکان دسترسی به کلیه متقاضیان در هر زمان از شبانه روز و همچنین بهره گیری از مربیان و کادری مجرب، با سابقه ۱۶ ساله اشاره نمود. در همین رابطه روزنامه جام جم البرز با ابوالفضل تیرسرای، مدیر توانمند باشگاه ورزشی سورنا گفتگویی انجام داده است که می خوانید:

در خصوص ویژگی های برجسته باشگاه ورزشی سورنا توضیح فرمایید.

ارائه خدمات در روزهای تعطیل نیز انجام می پذیرد و این امکان را برای افراد شاغل نیز فراهم می آورد تا بتوانند در این مجموعه مجهز فعالیت ورزشی داشته باشند. این مجموعه فقط

نشانی و راه های ارتباطی با مجموعه باشگاه ورزشی سورنا را عنوان نمایید.

کرج - جاده ملارد - گلستان ۱۷ - جنب فروشگاه جانبو - باشگاه سورنا

ساعت کاری باشگاه از ۷ صبح الی ۲۳

شماره تماس: ۰۲۶۳۶۶۶۶۲۴

پیج اینستاگرام: @sorenaclub