

EIBorolossy Squash Academy AUC Training Schedule (Jan 2025)

جدول تدريب أكاديمية البرلسي للاسكواش بالجامعة الامريكية بالقاهرة (يناير 2025)

Fridays أيام الجمعة

الملعب	أوقات التدريب		المدرّب	اللاعب	المستوى	
Court	To الى	From من	Trainer	Player	Level	
Court 3	1:45 PM	1:15 PM	يوسف شعبان Youssef Shaaban	فرح احمد	L1	
	2:30 PM	1:45 PM		زين راند	L3	
	3:30 PM	2:45 PM		امينه يسري	ملك رامي	L2
	4:15 PM	3:30 PM				L3
	5:00 PM	4:15 PM		لارا طارق	مراد البقلّي	L2
	5:30 PM	5:00 PM				L2
	6:30 PM	5:45 PM		صوفيا نافع	ادهم شادى	L2
	7:15 PM	6:30 PM			عاليا عمرو	L3
	8:00 PM	7:15 PM				L3
	8:45 PM	8:00 PM				P
Court 4	11:45 AM	11:00 AM	محمود سراج Mahmoud Serag		P	
	1:45 PM	1:00 PM			P	
	2:30 PM	1:45 PM		كريم نوفل	P	
	3:15 PM	2:30 PM		مصطفى حسنى	L5	
	4:15 PM	3:30 PM		ليلي حسام	L4	
	5:00 PM	4:15 PM		اسماعيل فرحات	L4	
	5:45 PM	5:00 PM		ميار الشرقاوى	L3	
	6:30 PM	5:45 PM		يوسف سامر	L4	
	7:30 PM	6:45 PM		فارس عوض	L4	
	8:15 PM	7:30 PM			L5	
9:00 PM	8:15 PM		P			
Court 5	5:00 PM	4:15 PM	محمد عواد Mohamed Awad	ملك سلامه	L5	
	6:15 PM	5:00 PM		سليم عمرو , اسماعيل فراحات , تشالرز خالد , ساره يحيى , زين محمد , عمر يحيى , مصطفى حسنى , يوسف سامر , أمن منير	Group Training L4-L5	
	7:00 PM	6:15 PM		عمر يحيى	L5	
	8:00 PM	7:15 PM		ساره يحيى	L5	
	8:45 PM	8:00 PM		عبدالله حسن	Pre Team	
	9:30 PM	8:45 PM		مصطفى شريف	Pre Team	
Court 6	11:45 AM	11:00 AM	احمد ربيع Rhmed Rabea		P	
	1:30 PM	12:45 PM		محمد شكرى	P	
	2:30 PM	1:45 PM		سهيدا صلاح	Pre Team	
	3:15 PM	2:30 PM		تميم احمد	Pre Team	
	4:00 PM	3:15 PM		يوسف احمد	Pre Team	
	5:00 PM	4:15 PM		صبا عمرو	L4	
	5:45 PM	5:00 PM		سلمى عمرو	L4	

EIBorolossy Squash Academy AUC Training Schedule (Jan 2025)

جدول تدريب أكاديمية البرلسي للاسكواش بالجامعة الامريكية بالقاهرة (يناير 2025)

Saturdays أيام السبت

الملعب	أوقات التدريب Training Time		المدرّب	اللاعب	المستوى	
Court	الى To	من From	Trainer	Player	Level	
Court 3,4	11:30 AM	11:00 AM	يوسف شعبان Youssef Shaaban	فرح احمد	L1	
	12:30 PM	11:30 AM		ن مراد البقلّي , هنا هيكل , صوفيا نافع , انابيلا طارق , لارا طارق ,سلمى يحيى , امينه يحيى , كريم نوفل , فارس عوض , عاليه المعيارجي , سلمى عمرو , ابراهيم افندى , كلارا اسلام	Group Training L2-L3	
Court 2	1:15 PM	12:30 PM		صوفيا نافع	ادهم شادي	L2
	2:15 PM	1:30 PM		عاليه عمرو		L2
	3:15 PM	2:30 PM				L3
	4:00 PM	3:15 PM				P
Court 4	12:30 PM	11:45 AM		clara ashraf		
	2:45 PM	2:00 PM			عبدالله حسن	Pre Team
	3:45 PM	3:00 PM			يوسف احمد	Pre Team
	4:30 PM	3:45 PM			مصطفى شريف	Pre Team
	5:15 PM	4:30 PM	تاليا الجيار		Pre Team	
	6:00 PM	5:15 PM	حلا كريم		Pre Team	
Court 5	11:45 AM	11:00 AM	احمد ربيع Ahmed Rabea	عاليه المعيارجي	L3	
	12:30 PM	11:45 AM		محمد شكرى	P	
	1:15 PM	12:30 PM		على شكرى	P	
	2:15 PM	1:30 PM			L4	
	3:15 PM	2:30 PM		صبا عمرو	L5	
	4:00 PM	3:15 PM		ليلى بيومى	P	
	4:45 PM	4:00 PM		يوسف سامر	L5	
	5:45 PM	5:00 PM		فارس عوض	L4	
	6:30 PM	5:45 PM		هانبا قنديل	L4	
	7:15 PM	6:30 PM		ادم ابراهيم	L4	
	8:15 PM	7:30 PM		كارما الخواص	L4	
	9:00 PM	8:15 PM		عبدالرحمن ماجد	L4	

EIBorolossy Squash Academy AUC Training Schedule (Jan 2025)

جدول تدريب أكاديمية البرلسي للاسكواش بالجامعة الامريكية بالقاهرة (يناير 2025)

أيام الأحد Sundays

الملعب	أوقات التدريب		المدرّب	اللاعب	المستوى	
Court	To الى	From من	Trainer	Player	Level	
Court 3	2:45 PM	2:00 PM	يوسف شعبان Youssef Shaaban		P	
	3:45 PM	3:00 PM			L2	
	4:30 PM	3:45 PM		سلمى يحيى	L3	
	5:30 PM	4:45 PM		امينه يسري	فريده سيف	L2
	6:15 PM	5:30 PM		امنه الجمال		L3
	7:00 PM	6:15 PM		هنا احمد		L3
	8:00 PM	7:15 PM			مراد البقلّي	L2
	8:45 PM	8:00 PM			زين راند	L3
	9:30 PM	8:45 PM			ادهم شادي	سليمان كريم
Court 4	4:30 PM	3:45 PM	احمد ربيع Rhmed Rabea	عمر يحيى	L5	
	5:30 PM	4:45 PM		تميم احمد	Pre Team	
	6:30 PM	5:45 PM		كلارا اسلام	L3	
	7:15 PM	6:30 PM		كريم امين	P	
	8:00 PM	7:15 PM		عبدالله حسن	Pre Team	
	8:45 PM	8:00 PM		يوسف احمد	Pre Team	
	9:30 PM	8:45 PM		مصطفى شريف	Pre Team	
Court 5	5:00 PM	4:15 PM	محمد عواد Mohamed Awad	ساره يحيى	L3	
	5:45 PM	5:00 PM			L5	
	6:30 PM	5:45 PM		يوسف هيثم	Pre Team	
	7:15 PM	6:30 PM			Pre Team	
	8:15 PM	7:30 PM		ليلي طارق	Pre Team	
	9:00 PM	8:15 PM		ملك سلامة	Team	
	9:45 PM	9:00 PM		سليم عماد	Team	
Court 6	5:15 PM	4:30 PM	سلمى هانى	كلارا اشرف	T	
	6:00 PM	5:15 PM		ميراي اشرف	T	
	6:45 PM	6:00 PM		ادم مرسي	T	

EIBorolossy Squash Academy AUC Training Schedule (Jan 2025)

جدول تدريب أكاديمية البرلسي للاسكواش بالجامعة الامريكية بالقاهرة (يناير 2025)

أيام الإثنين Mondays

الملعب	أوقات التدريب Training Time		المدرّب	اللاعب	المستوى
Court	الى To	من From	Trainer	Player	Level
Court 4	3:30 PM	2:45 PM	محمود سراج Mahmoud Serag	ليلي بيومي	P
	4:15 PM	3:30 PM			L3
	5:00 PM	4:15 PM		اسماعيل فرحات	L5
	5:45 PM	5:00 PM		فارس عوض	L3
	6:45 PM	6:00 PM		كريم نوفل	L5
	7:30 PM	6:45 PM		يوسف هيثم	Pre Team
	8:15 PM	7:30 PM		مصطفى حسني	L5
	9:15 PM	8:30 PM		امن منير	P
Court 5	3:00 PM	2:15 PM	محمد طارق Mohamed Tarek		T
	4:00 PM	3:15 PM		حلا كريم	T
	4:45 PM	4:00 PM		الينا علوي	P
	5:30 PM	4:45 PM		ملك الغانم	Team
	6:15 PM	5:30 PM		فريده عادل	Team
	7:15 PM	6:30 PM		لجين السيد	Team
	8:00 PM	7:15 PM		سلمى صفوت	Team
	8:45 PM	8:00 PM		سليم عماد	Team

EIBorolossy Squash Academy AUC Training Schedule (Jan 2025)

جدول تدريب أكاديمية البرلسي للاسكواش بالجامعة الامريكية بالقاهرة (يناير 2025)

أيام الثلاثاء Tuesdays

المستوى	اللاعب	المدرّب	أوقات التدريب Training Time		الملعب
Level	Player	Trainer	من From	الى To	Court
Team		محمد طارق	2:30 PM	3:15 PM	court 3
P			3:15 PM	4:00 PM	
Team	ملك الغائب		4:00 PM	4:45 PM	
Team	مؤمن عمرو	احمد سعيد	2:15 PM	3:00 PM	court 4
Team	يوسف عمرو		3:00 PM	3:45 PM	
Team	ليلي طارق		3:45 PM	4:30 PM	
الفريق	احمد شادى ، مالك مهاب ، مهند مهاب ، مالك طلعت ، يوسف هيثم ، يوسف عمرو ، ياسين مجدى ، يوسف مرسى ، انس محمد ، كندا مجدى ، ريماس احمد ، سيف محمد ، مريم ايهاب	احمد سعيد ، محمد طارق ، نور صلاح الدين ، صلاح محمد	4:45 PM	6:15 PM	اسكواش
			6:15 PM	7:15 PM	لياقة بالتراك
			5:15 PM	6:15 PM	لياقة بالتراك
			6:15 PM	7:45 PM	اسكواش
			6:45 PM	7:45 PM	لياقة بالتراك
			7:45 PM	9:15 PM	اسكواش
الفريق	الينا علوي ، سليم عماد ، رافايل صفوت ، مصطفى شريف ، مالك هانى ، مؤمن هانى ، تميم احمد ، عبد الله حسن ، ليلي طارق ، سلمى صفوت ، عادل تامر ، مى محمد ، حلا كريم ، سميح نادر ، ايسل اسمه	احمد سعيد ، محمد طارق ، نور صلاح الدين ، صلاح محمد	6:45 PM	7:45 PM	لياقة بالتراك
			7:45 PM	9:15 PM	اسكواش
			6:45 PM	7:45 PM	لياقة بالتراك
			7:45 PM	9:15 PM	اسكواش
			6:45 PM	7:45 PM	لياقة بالتراك
			7:45 PM	9:15 PM	اسكواش
الفريق	تاليا الجيار ، ادم ماجد ، ياسين حاتم ، يوسف شحاته ، جورجى اسامه ، مازن عبد الرحمن ، مريم هانى ، ملك سامى ، شريف ايمن ، عبد الرحمن ماجد ، ليلي محمد ، فريده عادل ، لجين السيد ، سلمى صفوت ، ادم العادلى ، ملك سلامه	احمد سعيد ، محمد طارق ، نور صلاح الدين ، صلاح محمد	6:45 PM	7:45 PM	لياقة بالتراك
			7:45 PM	9:15 PM	اسكواش
			6:45 PM	7:45 PM	لياقة بالتراك
			7:45 PM	9:15 PM	اسكواش
			6:45 PM	7:45 PM	لياقة بالتراك
			7:45 PM	9:15 PM	اسكواش

EIBorolossy Squash Academy AUC Training Schedule (Jan 2025)

جدول تدريب أكاديمية البرلوسى للاسكواش بالجامعة الامريكية بالقاهرة (يناير 2025)

أيام الأربعاء Wednesdays

الملعب	أوقات التدريب Training Time		المدرّب	اللاعب	المستوى	
Court	To الى	From من	Trainer	Player	Level	
Court 3	3:30 PM	2:45 PM	يوسف شعبان Youssef Shaaban		P	
	4:15 PM	3:45 PM		فرح احمد	L1	
	4:45 PM	4:00 PM		سلمى يحيى	L3	
	5:45 PM	5:00 PM		ملك رامي	صوفيا نافع	L2
	6:30 PM	5:45 PM		امنّه الجمال	L3	
	7:00 PM	6:30 PM		هنا احمد	L3	
	8:00 PM	7:15 PM		سليمان كريم	L2	
	8:45 PM	8:00 PM		فريده سيف	مراد البقلى	L2
	9:30 PM	8:45 PM				L2
Court 5	4:15 PM	3:30 PM	احمد ربيع Rhmed Rabea		L3	
	5:00 PM	4:15 PM		سلمى عمرو	P	
	5:45 PM	5:00 PM		عاليا المعيارجى	P	
	6:30 PM	5:45 PM		كلارا اسلام	L3	
	7:15 PM	6:30 PM		ايسل اسامه	L4	
	8:15 PM	7:30 PM		هانيا قنديل	L3	
	9:15 PM	8:30 PM		ليلى بيومى	L4	
Court 6	5:00 PM	4:15 PM	محمد عواد Mohamed Awad	ساره يحيى	L4	
	5:45 PM	5:00 PM			Pre Team	
	6:30 PM	5:45 PM		أمن منير	Pre Team	
	7:15 PM	6:30 PM		تميم احمد	Pre Team	
	8:15 PM	7:30 PM		يوسف هيثم	pre Team	
	9:30 PM	8:15 PM		سليم عمرو , اسماعيل فراحات , تشالرز خالد , ساره يحيى , زين محمد , عمر يحيى , مصطفى حسنى , يوسف سامر , أمن منير		Group Training L4-L5
Track	8:15 PM	7:15 PM	نور صلاح الدين Nour Salah Eidin	سليم عمرو , اسماعيل فراحات , تشالرز خالد , ساره يحيى , زين محمد , عمر يحيى , مصطفى حسنى , يوسف سامر , أمن منير	fitness	
Track	9:15 PM	8:15 PM	نور صلاح الدين Nour Salah Eidin	يوسف هيثم , مصطفى شريف , احمد شادى , عبدالله حسن , يوسف احمد , سليم عماد , ملك الغائب , ادم ابراهيم	fitness	

EIBorolossy Squash Academy AUC Training Schedule (Jan 2025)

جدول تدريب أكاديمية البرلسي للاسكواش بالجامعة الامريكية بالقاهرة (يناير 2025)

أيام الخميس **Thursdays**

المستوى	اللاعب	المدرّب	أوقات التدريب Training Time		الملعب
Level	Player	Trainer	من From	الى To	Court
الفريق	الينا علوي, , مالك مهاب, مهند مهاب , مصطفى شريف, , مالك طلعت, يوسف هيثم, يوسف عمرو, ياسين مجدى , مالك هاتى , مؤمن هاتى , يوسف مرسى, تميم احمد, عبد الله حسن , تاليا ابو حسين , اياد احمد , انس محمد, كندا مجدى , ريماس احمد , سيف محمد , عادل تامر , حلا كريم , سميح نادر , مريم ايهاب , ايسل اسامه , ساره يحيى , عمر يحيى , امن منير	حسين ربيع , محمد طارق , امينه البرلسي , نور صلاح الدين, صلاح محمد	4:45 PM	6:15 PM	اسكواش
			6:15 PM	7:15 PM	لياقة بالتراك
			5:15 PM	6:15 PM	لياقة بالتراك
			6:15 PM	7:45 PM	اسكواش
L5		محمود سراج Mahmoud Serag	2:30 PM	3:15 PM	Court 3
L5	عمر يحيى		3:45 PM	4:30 PM	
L4	اسماعيل فرحات		4:30 PM	5:15 PM	
L3	يوسف سامر		5:15 PM	6:00 PM	
L5	مصطفى حسنى		6:00 PM	6:45 PM	
L3	أمن منير		6:45 PM	7:45 PM	
P	ليلي حسام		7:45 PM	8:45 PM	
L3	فارس عوض		8:45 PM	9:30 PM	
Team	الحسن احمد	حسين ربيع	4:00 PM	4:45 PM	Court 4
	جماعى		4:45 PM	7:45 PM	
	الينا علوى		8:00 PM	8:45 PM	
			9:30 PM	8:45 PM	
Team		محمد طارق	2:30 PM	3:15 PM	court 5
			3:15 PM	4:00 PM	
	ادم ماجد		4:00 PM	4:45 PM	
	جماعى		4:45 PM	7:45 PM	
	لجين السيد		8:00 PM	8:45 PM	
	فريده عادل		8:45 PM	9:30 PM	