

18 هفته 3 آذر 1406

زمان	27	28س	29چ	30پ	1ج	2ش	3ی
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

19 هفته 2026 4 - 10

زمان	4د	5س	6چ	7پ	8ج	9ش	10ی
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

20 هفته 2026 11 - 17

زمان	1د	12س	13چ	14پ	15ج	16ش	17ی
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

21 هفته 2026 18 - 24

زمان	18د	19س	20چ	21پ	22چ	23ش	24ع
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

25 - 31 2026 □ هفته 22

زمان	25	26س	27چ	28پ	29چ	30ش	31تی
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							