

18 هفته 2028 1 - 7

زمان	1د	2س	3چ	4پ	5ج	6ش	7ی
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 2028 8 - 14

زمان	8د	9س	10چ	11پ	12ج	13ش	14ی
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 2028 15 - 21

زمان	15د	16س	17چ	18پ	19ج	20ش	21ع
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							

22 - 28 2028 هفته 21

زمان	22	23س	24چ	25پ	26چ	27ش	28
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							

22 هفته 2028 4 29

زمان	29	30س	31چ	1 پ	2 ج	3 ش	4 ی
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							