مكونات

??????? ???????:

225 ????/ 8 ????? ?? ?????? ??????

1 ????? ????? ?? ????? ?????

???? ?? ?????

1 ????? ????? ?? ??? ???????

2???? ??????

2 ????? ????? ?? ????? ?????? ?? ??????? ?? ??? ????? ????????

300 ??/ 4/1 10 ????? ????? ?? ????? ???? ?????

?????? ??? ???????:

12 ????? ?? ??? ??????? ?????? ?????? ??? ????? ??? ???? ??????

200 ??/ 7 ????? ????? ?? ???? ??????

???? 10-12 ?????

??? ???????: 20-25 ?????

??? ?????:10-15 ?????.

الاتجاهات

?? ????? ??? ???? ????? ?????? ??? ?? ????? ????? ??? ????? ?? ??? ????? ???? ???? ? ????? ?? ???? ?????? ?????? ??
??? ????? ??????? ?????. ???? ????? ??? ?????? ?????? ?? ??????? ?? ??? "??? ???"

1- ??? ????? ????? ?????? ??? ???? ????? 160 ???? ?????/ 310 ???? ????????/ ??? 2/1 2.

2- ??? ??? ????? ?????? ????? ???? ??????? ? ?????? ????????? ??? ?? ???? ?????? ????? ???????.

3- ??? ??? ??? ??????? ?? ?????? ???? ????? ?? ???? ?? ??? ??? ??????? ??????????? ??????? ???? ???????? ??? ??? ????? ?????.

4- ??????? ??? ????? ???????? ?? ?????? ???????

5- ???????? ????? ????? ??? ??? ??? ?????? ??? ????? ???? ?????? ???? ????? ?? ????? ???? 12-14 ????? ?? ??? ?? ????? ??????? ??? ????? ????? ??????. ??? ??????? ?? ????? ?????? ????? ??? ?? ?? ????? ??? ???????