

浦和スポーツクラブ 2・3月予定表 キッズプログラム

サッカー 広場 	月	駒場クラブ グラウンド	15:20~16:10	年中・年長	2/3,10,17	3/2,9,16,23
			16:30~17:30	小1・小2・小3		
			17:40~18:50	小4・小5・小6・女子		
木	//	//	15:10~16:00	年中・年長	2/6,13,20,27	3/5,12,19
			16:00~17:00	小1・小2・小3		
サッカー スクール	水	浦和高校	19:00~20:30	小4~6	2/5,12,19,26	3/4,11,18
	土	//	//	//	2/1,8,15,22	3/7,14,21
	木	駒場クラブ	17:30~19:00	中1~中3女子	2/6,13,27	3/5,12,26
のびのび スポーツ広場 	水	領家スタジアム	15:30~16:20	年中・年長	2/5,12,19,26	3/4,11,18,25
	金	領家スタジアム	15:00~15:50	年中・年長	2/7,14,21	3/6,13,27
		道祖土 小学校	17:00~18:00	小1~6		3/6,13,27 ※会場変更 子ども家庭総合センター多目的室
金	道祖土 小学校	18:00~19:00	小1~6	2/7,14,21	3/6,13,27 ※会場変更 子ども家庭総合センター多目的室	
子どもの テニス 	火	北浦和 小学校	18:00~18:50	小1~3 キッズ	2/4,18	3月休止 会費はいただきません
			19:00~19:50	小4~6 イドゥア		
	火	中尾 小学校	17:00~17:50	小1~3 キッズ	2/4,18,25	3月休止 会費はいただきません
			18:00~19:30	小4~6 イドゥア		
	金	//	18:00~19:30	小4~6 イドゥア	2/7,14,21,28	
	火	三室 小学校	18:00~18:50	小1~4 キッズ 小5・6 イドゥア	2/4,18	3月休止 会費はいただきません
	水	道祖土 小学校	17:00~17:50	小1~小4キッズ	2/5,12,19	3月休止 会費はいただきません
木	本太 小学校	17:30~19:00	小3・4 イドゥア	2/6,13,20	3月休止 会費はいただきません	
		19:00~20:30	小5・6 イドゥア			
水	天沼 テニスコート	17:30~19:00	硬式 小学生以上& 保護者	2/5,12,19,26	3/4,11,18,25	
卓球	日	浦和高校	19:00~20:45	全世代	2/2,9,16,23	
バドミントン(短期)	土	//	19:30~21:00	ファーストステップ2期	2/1,8	
バレー	火	領家 スタジアム	Jr. II ①	17:30~19:00	2/4,18,25	3/3,10,17,24
			Jr. II ②	18:40~20:10		
	金	//	幼児	16:15~17:05	2/7,14,21,28	3/6,13,27
			Jr. I (低学年)	17:00~18:10		
Jr. II (高学年)	18:30~20:00					

浦和スポーツクラブ 2・3月予定表 大人向けプログラム

スタジオ プログラム (領家スタジオ)  	月	9:10~10:00	アロマYOGA	2/3,10,17		3/2,9,16,23,30	
		10:20~11:10	アロマYOGA				
	火	9:10~10:00	ピラティス	2/4,18,25		3/3,10,17,24	
		10:20~11:10	ストレッチ&バレエ				
	水	9:10~10:00	コアヨガ	2/5,12,19		3/4,11,18	
		10:20~11:10	フィットネスフラ				
		11:30~12:20	アロマYOGA				
		13:30~14:20	シニアYOGA				
	木	9:00~10:00	シニア筋トレ	2/6,13,20,27		3/5,12,19	
		10:20~11:10	コーディピラティス				
金	9:10~10:00	ブリーナ ヨガ	2/7,14,21,28		3/6,13,27		
	10:20~11:10	ピラティス					
土	9:20~10:10	朝ヨガ	2/8,15,22,29		3/7,14,21		
	10:40~11:30	ソフトエアロビクス					
シニア 健康教室	月	9:20~10:50	2/3浦和スポーツクラブ 2/10浦和スポーツクラブ 2/17浦和スポーツクラブ 3/2浦和スポーツクラブ 3/9浦和スポーツクラブ 3/16浦和スポーツクラブ 3/23浦和スポーツクラブ 3/30浦和スポーツクラブ				
	水	10:00~11:30	2/5浦和スポーツクラブ 2/12浦和スポーツクラブ 2/19浦和スポーツクラブ 2/26浦和スポーツクラブ 3/4浦和スポーツクラブ 3/11浦和スポーツクラブ 3/18浦和スポーツクラブ 3/25浦和スポーツクラブ				
スーパーニア サッカー広場	木	13:00~14:30	2/6駒場サブ 2/13駒場サブ 2/20駒場サブ 2/27駒場サブ 3/5駒場サブ 3/12駒場サブ 3/19駒場サブ 3/26未定 4/2駒場サブ 4/9駒場サブ 4/16駒場サブ 4/23駒場サブ 4/30駒場サブ				
初心者 テニス	水	9:30~11:00	2/5 市立浦和高校	2/12 市立浦和高校	2/19 市営①	2/26 市立浦和高校	
初級 テニス  	火	11:15~12:45	2/4 市営⑦	2/18 市営⑤	2/25 市営⑤		
	木	9:30~11:00	2/6 市立浦和高校	2/13 市営①	2/20 市立浦和高校		
	金	9:30~11:00	2/14 大原①	2/21 大原③	2/28 大原①		
enjoy(初級) テニス	金	9:30~11:00	2/7 市営②	2/14 市立浦和高校	2/21 市立浦和高校		
中級 テニス	月	9:00~10:30	2/10 市営⑥	2/17 市営⑤			
	火	9:30~11:00	2/4 市営②	2/18 市営③	2/25 市営③		
	金	13:30~15:00	2/7 市営①	2/14 天沼①	2/21 市営⑥	2/28 大宮第二①	
シニアテニス	水	13:10~14:40	2/5 大原③	2/12 市営①			