

浦和スポーツクラブ 7・8月予定表 キッズプログラム

2022.7-8

サッカー 広場 	月	駒場サブ グラウンド	15:20~16:10	年中・年長	7/4,11,25 ※7・8月は時間変更で開催 別紙参照	8/8,15,29
			16:30~17:30	小1・小2・小3		
			17:40~18:50	小4・小5・小6・女子		
サッカー スクール	水	浦和高校	19:30~21:00	小4~6	7/6,20,27 (13日休み)	8/3,10,24,31
			15:10~16:00	年中・年長	7/14,28	8/18
ガールズ サッカー 教室	木	駒場サブ 本太小	16:00~17:00	小1・小2・小3	※7・8月は時間変更で開催 別紙参照	
			17:00~18:30	小1~中3女子	7/7(駒場),14(本太小) 21(駒場),28(本太小)	8/4(駒場),11(本太小) 18(駒場),25(本太小)
のびのび スポーツ広場 	金	駒場体育館	15:10~16:00	年中・年長	7/1,8,15,22,29 ※22,29は以下の時間で開催 22日 年中、小1,2クラス 休み 小3~6 15:00~16:00 鬼ごっこ 16:00~17:00 29日 小3~6、鬼ごっこ 休み 年中・年長 15:10~16:00 小1~2 16:00~17:00	8/12,19,26
			16:00~17:00	小1~2		
			17:00~18:00	小3~6		
スポーツ鬼ごっこ	金	駒場体育館	18:00~19:00	小1~6	今後バスケット (BRONCOS)の試合の為、金、土、日の駒場体育館が 全館貸出中止となる事が、月に1~2回あります。	
子どもの テニス 	火	北浦和 小学校	18:00~18:50	小1~3 キッズ	7/5,12,19,26	8/2,9,23
			19:00~19:50	小4~6 イドア		
	火	中尾 小学校	17:00~17:50	小1~4 キッズ	7/5,12,19	8/2,23,30
			18:00~19:30	小4~6 イドア		
	金	〃	18:00~19:30	小4~6 イドア	7/1,15,22 (8日休み)	8/5,19,26
	火	三室 小学校	18:00~18:50	小1~4 キッズ	7/5,12,19,26	8/2,23,30
	小5・6 イドア					
	水	駒場体育館	17:00~18:00	小1~小4キッズ	7/6,13,20,27	8/3,17,24,31
木	駒場体育館	16:00~17:00	年中~小2	7/7,14,21,28	8/4,18,25	
		17:00~18:30	小1~4 イドア			
木	本太 小学校	18:30~20:00	小5・6 イドア	7/7,14,21,28	8/4,18,25	
		17:30~19:00	硬式 小学生以上& 保護者			7/6,13,20,27
バレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:00~18:20	7/5,12,19,26	8/2,9,23
			Jr. II (高学年)	18:20~20:00		
	金	〃	幼児	16:15~17:05	7/1,8,15,22	8/5,19,26
			Jr. I (低学年)	17:00~18:20		
Jr. II (高学年)	18:20~20:00					

浦和スポーツクラブ 7・8月予定表 大人向けプログラム

2022.7-8

スタジオ プログラム 	月	9:10~10:00	アロマYOGA	7/4,11,25 8/1,8,22		
		10:20~11:10	アロマYOGA			
	火	9:10~10:00	ピラティス	7/5,12,19,26 8/2,9,23		
		10:20~11:10	ストレッチ&バレエ			
	水	9:10~10:00	コアヨガ	7/6,13,20,27 8/3,17,24		
		10:20~11:10	フィットネスフラ			
		11:30~12:20	アロマYOGA	7/6,13,20,27 8/3,17,24		
		13:30~14:20	シニアYOGA			
	木	9:00~10:00	シニア筋トレ	7/7,14,21,28 8/4,18,25		
		10:20~11:10	コーディピラティス			
金	9:10~10:00	プレーナ ヨガ	7/1,8,15,22 8/5,19,26			
	10:20~11:10	ピラティス				
土	9:20~10:10	朝ヨガ	7/2,9,16,23 8/6,20,27			
	10:40~11:30	サタデートレーニング				
シニア 健康教室	月	9:30~11:00	7/4(駒場体育館・会議室)、11(南筒公民館・講座室)、25(駒場体育館・会議室) 8/1,8,22(駒場体育館・会議室)			
ス・パ・シニア サッカー広場	木	13:00~14:30	7/6(水)交流試合：狭山市堀兼上赤坂G. 9時~13時 7/7 惣右衛門(12時~14時) 7/14 駒場サブ 7/21,28 惣右衛門(12時~14時) 8/4 未定 8/18 駒場サブ 8/25 未定 9/1未定 9/8駒場サブ 9/15駒場サブ 9/22駒場サブ 9/29未定			
サッカー 生涯	土日	19:30~21:00 県立浦和高校 グラウンド	7/2,3,9,10,16,17,23,24,30,31 ※市民リーグ参加あり(希望者) 試合予定は市民リーグ登録者に別途連絡			
バドミントン (新設)	木	19:30~21:00 本太中学校	7/7,14,21,28		8/4,18,25	
初心者 テニス	水	9:30~11:00	7/6 市営⑤	7/13 駒場A	7/20 駒場B	
初級 テニス 	月	11:15~12:45	7/4 駒場A	7/11 市立高校(9:30~)	7/18 駒場A	
	火	11:15~12:45	7/5 市営④	7/12 市営①	7/19 市営⑦	7/26 市営③
	木	9:30~11:00	7/7 市営②	7/14 市立高校	7/28 市営④	
	金	9:30~11:00	7/1 駒場C	7/8 駒場A	7/22 大原②	7/29 駒場A
enjoy(初級) テニス	金	9:30~11:00	7/1 市立高校	7/8 駒場B	7/15 市営③	7/29 市営④
中級 テニス	月	9:00~10:30	7/11 市営⑥	7/25 市営⑦		
	火	9:30~11:00	7/12 市営②	7/26 市営②		
	金	13:30~15:00	7/1 市営⑦	7/8 市営④	7/15 駒場A	7/29 駒場C
シニア テニス	水	13:10~14:40	7/6 駒場A	7/13 駒場A	7/20 駒場A	7/27 駒場C