



浦和スポーツクラブ 9・10月予定表 キッズプログラム

2022-9-10

サッカー 広場 	月	駒場サブ グラウンド	15:20~16:10	年中・年長	9/5,12,26	10/3,17,24,31  ※3日は時間変更で開催 年中・年長 17:00~17:50 小1~小3 17:00~18:00 小4~小6・女子 17:40~18:50
			16:30~17:30	小1・小2・小3		
			17:40~18:50	小4・小5・小6・女子		
	木	駒場サブ グラウンド	15:10~16:00	年中・年長	9/8,15,22	10/6,13,27  ※6日は時間変更で開催 年中・年長 17:00~17:50 小1~小3 17:30~18:30
			16:00~17:00	小1・小2・小3		
サッカー スクール	水	浦和高校	19:30~21:00	小4~6	9/7,14,21,28	10/5,12,19,26
ガールズ サッカー 教室	木	駒場サブ 本 太小	17:00~18:30	小1~中3女子	9/8(駒場),15(本太小) 22(駒場),29(本太小)	10/6(本太小),13(駒場) 20(駒場),27(駒場)
のびのび スポーツ広場 	金	駒場体育館	<del>15:10~16:00</del>	年中・年長	9/9,16,30	10/7,21,28
			<del>16:00~17:00</del>	小1~2		
			17:00~18:00	小3~6		
スノー鬼ごっこ	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	9/6,13,20,27	10/4,11,18,25
			19:00~19:50	小4~6 インドア		
	火	中尾 小学校	17:00~17:50	小1~4 キッズ	9/6,13,20,27	10/4,11,18,25
			18:00~19:30	小4~6 インドア		
	金	〃	18:00~19:30	小4~6 インドア	9/2,9,16,30	10/7,14,21,28
	火	三室 小学校	18:00~18:50	小1~4 キッズ	9/6,20,27 ※13日お休み	10/4,11,18,25
				小5・6 インドア		
	水	駒場体育館	17:00~18:00	小1~小4キッズ	9/7,14	10/5,12,19,26
	木	駒場体育館	16:00~17:00	年中~小2	9/8,29	10/6,13,20,27
	木	本太 小学校	17:00~18:30	小1~4 インドア	9/1,8,15,22	10/6,13,20,27
小5・6 インドア						
水	天沼 テニスコート	17:30~19:00	硬式 小学生以上& 保護者	9/7,14,21,28	10/5,12,19,26	
バレー	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:00~18:20	9/6,13,20,27	10/4,11,18,25
			Jr. II (高学年)	18:20~20:00		
	金	〃	幼児	16:15~17:05	9/9,16,30	10/7,14,21,28
			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 9・10月予定表 大人向けプログラム

2022.9-10

スタジオ プログラム  	月	9:10~10:00	アロマYOGA	9/5,12,26 10/3,17,24,31		
		10:20~11:10	アロマYOGA			
	火	9:10~10:00	ピラティス	9/6,13,20,27 10/4,11,18,25		
		10:20~11:10	ストレッチ&バレエ			
	水	9:10~10:00	コアヨガ	9/7,14,21,28 10/5,12,19,26		
		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	9/1,15,22,29 (8日休み)		10/6,13,20,27
		10:20~11:10	コーディピラティス	9/8,15,22,29		
金	9:10~10:00	プラーナ ヨガ	9/9,16,30 10/7,14,21,28			
	10:20~11:10	ピラティス				
土	9:20~10:10	朝ヨガ	9/3,10,17,24 10/1,8,15,22			
	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	9/5,12,26(本太中学校 修道館)			
			10/3,17,24,31(本太中学校 修道館)			
スパー・シニア サッカー広場	木	13:00~14:30	9/8駒場サブ 9/15駒場サブ 9/20(火)交流試合(13時~17時サカイクビル 三郷)			
			9/22駒場サブ 9/28(水)惣右衛門 12時~14時			
			10/6 未定 10/13 駒場サブ 10/20未定 10/27 駒場サブ			
			11/10(未定) 11/17 駒場サブ 11/24 駒場サブ			
サッカー 生涯	土日	19:30~21:00 県立浦和高校 グラウンド	9/3(20時~),4,10,11,17,18,24,25			
			※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			
<b>バドミントン (新設)</b>	木	19:30~21:00 本太中学校	9/1,8,15,22,29		10/6,20,27	
初心者 テニス	水	9:30~11:00	9/7 市営⑤	9/14 市営⑤	9/21 駒場A	9/28 市営①
初級 テニス  	月	11:15~12:45	9/5 市営⑦	9/12 駒場C	9/19 駒場A	9/26 市立高校(9:30~)
	火	11:15~12:45	9/6 駒場C	9/13 市営②	9/20 駒場C	9/27 市営④
	木	9:30~11:00	9/1 市営②	9/8 市立高校	9/22 市立高校	9/29 市立高校
	金	9:30~11:00	9/2 大原②	9/9 大原③	9/16 大原①	9/30 駒場A
enjoy テニス	金	9:30~11:00	9/2 市立高校	9/9 市営④	9/16 市営①	9/30 市営④
中級 テニス	月	9:00~10:30	9/5 市営⑤	9/12 駒場A	9/26 市立高校(9:30~)	
	火	9:30~11:00	9/6 市営③	9/13 市立高校	9/20 市立高校	9/27 市営②
	金	13:30~15:00	9/2 市営⑤	9/9 市営⑤	9/16 駒場C	9/30 市営⑥
シニア テニス	水	13:15~14:45	9/7 駒場C	9/14 駒場C	9/21 駒場A	9/28 駒場C