

浦和スポーツクラブ 3・4月予定表 キッズプログラム

2023.3-4

サッカー 広場 	月	駒場サブ グラウンド	15:20~16:10	年中・年長	3/6,13,20	4/3,10,17,24		
			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	3/8,15,22 ※1日休み	4/12,19,26		
			15:10~16:00	年中・年長				
ガールズ サッカー 教室	木	駒場サブ 本太小	17:30~19:00	小1~中3女子	3/2(駒場),9(駒場) 16(駒場),23(本太小)	4/6(本太小),13(駒場) 20(駒場),27(駒場)		
			16:00~17:00	小1・小2・小3				
のびのび スポーツ広場 	金	駒場体育館	15:10~16:00	年中・年長	3/10,17,24 ※17日追加	4/7,21,28		
			16:00~17:00	小1~2				
			17:00~18:00	小3~6				
スリッ鬼ごっこ	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こと、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	学校施設の貸し出しがないため 3月の活動休止 会費はいただきません。	4/11,18,25		
			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		4/11,18,25		
			18:00~19:30	小4~6 イドア				
	金	//	18:00~19:30	小4~6 イドア		4/14,21,28		
	火	三室 小学校	18:00~18:50	小1~4 キッズ		-		
				小5・6 イドア				
	水	駒場体育館	17:00~18:00	小1~小4キッズ		3/1,8,15,22	4/5,12,19,26	
	木	駒場体育館	16:00~17:00	年中~小2		3/9,16,23,30	4/6,13,20	
				木		本太 小学校	17:00~18:30	小1~4 イドア
18:30~20:00	小5・6 イドア							
水	天沼 テニスコート	17:30~19:00	硬式 小学生以上 & 保護者		3/1,8,15,22	4/5,12,19,26		
ハレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:00~18:20	3/7,14,28	4/4,11,18,25		
			Jr. II (高学年)	18:20~20:00				
	金	//	幼児	16:15~17:05	3/3,10,17,24	4/7,14,21,28		
			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 3・4月予定表 大人向けプログラム

2023.3-4

スタジオ プログラム 	月	9:10~10:00	アロマYOGA	3/6,13,20,27 4/3,10,17,24			
		10:20~11:10	アロマYOGA				
	火	9:10~10:00	ピラティス	3/7,14,28 4/4,11,18,25			
		10:20~11:10	ストレッチ&バレエ				
	水	9:10~10:00	コアヨガ	3/1,8,15,22	4/12,19,26 ※5日休み		
		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		4/5,12,19,26		
	木	9:00~10:00	シニア筋トレ	3/2,9,16,23 4/6,13,20,27			
		10:20~11:10	コーディピラティス				
金	9:10~10:00	プラーナ ヨガ	3/3,10,17,24 4/7,14,21,28				
	10:20~11:10	ピラティス					
土	9:20~10:10	朝ヨガ	3/4,11,18 4/8,15,22				
	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	3/6,13,20,27 駒場体育館剣道場 4/3,17,24 駒場体育館会議室				
スーパーシニア サッカー広場	木	13:00~14:30	3/2 駒場サブ 3/9 駒場サブ 3/16 惣右衛門(14時~16時) 3/23 惣右衛門(12時~14時) 3/30 駒場サブ 4/6 駒場サブ 4/13 駒場サブ 4/20 駒場サブ 4/27 駒場サブ 5/11 駒場サブ 5/18 未定 5/25 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	3/4,5,11,12,18,19,25,26 ※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	3/2,9,16,23			未定	
初心者 テニス	水	9:30~11:00	3/1 市営⑦	3/8 駒場C	3/15 市営⑦		
初級 テニス 	月	11:15~12:45	3/6 市営⑦	3/13 市立 9:30~	3/20 大宮第二②①	3/27 市営⑦	
	火	11:15~12:45	3/7 駒場B	3/14 駒場B	3/28 駒場C		
	木	9:30~11:00	3/2 市営①	3/9 市営④	3/16 市営④	3/23 市立	
	金	9:30~11:00	3/3 大原③	3/17 大原③	3/24 駒場B	3/31 大原②	
enjoy テニス	木	9:30~11:00	3/2 市立	3/9 市立	3/16 市立	3/23 市立	
	金	9:30~11:00	3/3 市営①	3/10 大原②	3/24 大原②	3/31 市営③	
中級 テニス	月	9:00~10:30	3/6 市営⑤	3/13 駒場C	3/27 市営⑥		
	火	9:30~11:00	3/7 市営②	3/14 市営③	3/28 市立(予定)		
	金	13:30~15:00	3/3 市営④	3/10 市営④	3/31 市営①		
シニア テニス	水	13:15~14:45	3/1 駒場C	3/8 駒場A	3/15 駒場C	3/22 駒場B	