

浦和スポーツクラブ 4・5月予定表 キッズプログラム

2024.4-5

サッカー 広 場 	月	駒場サ グラウンド	15:20~16:10	年中・年長	4/1,8,15,22  ※1日は以下の時間で開催 年中・年長 17:00~17:50 小1~小3 17:00~18:00 小4~小6 17:40~18:50	5/13
			16:30~17:30	小1・小2・小3		
			17:40~18:50	小4・小5・小6		
サッカー スクール	水	浦和高校	19:30~21:00	小4~6	4/10,17,24	5/1,8,15,22,29
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	4/4(駒場),11(駒場) 18(本太小),25(駒場)	5/9(駒場),16(本太小) 23(本太小),30(駒場)
のびのび 体操広場 	金	駒場体育館	<u>15:10~16:00</u>	年中・年長	4/5,12	5/10,17,24,31
			<u>16:00~17:00</u>	小1~2		
			17:00~18:00	小3~6		
スバ-ツ鬼ごっこ	金	駒場体育館	17:00~18:30	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	4/9,16,23	5/7,14,21,28
			19:00~19:50	小4~6 イトア		
	火	中尾 小学校	17:00~17:50	小1~3 キッズ	4/9,16,23,30	5/7,14,21,28
			18:00~19:30	小4~6 イトア		
	金	//	18:00~19:30	小4~6 イトア	4/12,19,26	5/10,17,24,31
	水	駒場体育館	17:00~18:00	小1~小4キッズ	4/3,10,17,24	5/1,8,15,22,29
	木	駒場体育館	16:00~17:00	年中~小2	4/4,11,25	5/2,9,16,23
	木	本太 小学校	17:00~18:30	小1~4 イトア	4/11,18,25	5/2,9,16,23,30
			18:30~20:00	小5・6 イトア		
	水	天沼 テニスコート	17:30~19:00	硬式 小学生以上 & 保護者	4/3,10,17,24	5/8,15,22,29
バレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:00~18:20	4/2,9,16,23	5/7,14,21,28
			Jr. II (高学年)	18:20~20:00		
	金	//	幼児	16:15~17:05	4/5,12,19,26	5/10,17,24
			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 4・5月予定表 大人向けプログラム

2024.4-5

スタジオ プログラム  	月	9:10~10:00	やすらぎの朝YOGA	4/1,8,15,22 5/6,13,20,27			
		10:20~11:10	アロマYOGA				
	火	9:10~10:00	ストレッチピラティス	4/2,9,16,23 5/7,14,21,28			
		10:20~11:10	ストレッチ&バレエ				
	水	9:10~10:00	コアヨガ	4/3,10,17,24 5/8,22,29			
		10:20~11:10	フィットネスフラ				
		11:30~12:20	アロマYOGA	4/3,10,17,24 5/8,15,22			
		13:30~14:20	シニアYOGA				
	木	9:00~10:00	シニア筋トレ	4/4,11,18,25 5/9,16,23,30			
		10:20~11:10	リフレッシュピラティス				
金	9:10~10:00	リフレッシュヨガ	4/5,12,19,26 5/10,17,24				
	10:20~11:10	ピラティス					
土	9:20~10:10	一週間を整えるヨガ	4/6,13,20,27 5/11,18,25				
アクティブシニア 健康教室	月	9:30~10:30	4/1,8,15,22 駒場体育館会議室 5/13,20,27 駒場体育館会議室				
スパーシニア サッカー広場	木	13:00~14:30	4/4 駒場サブ 4/11 駒場サブ 4/18 駒場サブ 4/25 駒場サブ 5/2駒場サブ 5/9駒場サブ 5/16 駒場サブ 5/30駒場サブ 6/13駒場サブ 6/20駒場サブ 6/27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	3/30,31,4/6,7,13,14,20,21,27,28 ※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	木	19:30~21:00 本太中学校	4/4,11,18,25		5/2,9,16,23		
初級 テニス  	月	11:15~12:45	4/1 市営⑥	4/8 市営⑥	4/15 市立(9:30~)	4/22 市立(9:30~)	
	火	11:15~12:45	4/2 市営①	4/9 市営③	4/16 市営⑤	4/23 市営②	
	水	9:30~11:00	4/3 市営⑦	4/10 市立	4/17 市立	4/24 市営⑦	
	木	9:30~11:00	4/4 市営④	4/11 駒場B	4/18 市営①	4/25 市営③	
	金	9:30~11:00	4/5 大原③	4/12 駒場C	4/19 大原①	4/26 市立	
enjoy テニス	木	9:30~11:00	4/4 市営③	4/11 市営③	4/18 市営②	4/25 市営④	
	金	9:30~11:00	4/5 大原②	4/12 市営①	4/19 大原③	4/26 市立	
中級 テニス	月	9:00~10:30	4/8 市営⑤	4/15 大原③	4/22 市営⑤		
	火	9:30~11:00	4/2 市営①	4/9 市営②	4/23 市営③	4/30 市営③	
	金	13:30~15:00	4/5 市営⑤	4/12 市営⑦			
シニアテニス	水	13:15~14:45	4/3 駒場B	4/10 駒場A	4/17 駒場A	4/24 駒場A	