


浦和スポーツクラブ 4・5月予定表 キッズプログラム

2025.4-5

サッカー 広場 	月	駒場サブ グラウンド	15:30~16:20	年中・年長	4/7,14,21,28	5/12,19
			16:30~17:20			
			16:30~17:30	小1・小2・小3		
			17:40~18:40			
			17:40~18:50			
サッカー スクール	水	浦和高校	19:30~21:00	小4~6	4/9,16,23,30	5/7,14,21,28
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	4/3(本小),10(駒場) 17(駒場),24(駒場)	5/8(駒場),15(本小) 22(駒場),29(本小)
のびのび 体操広場 	金	駒場体育館	15:10~16:00	年中・年長	4/4,11,25	5/2,16,23
			16:00~16:50			
			16:00~17:00	小1~2		
			17:00~18:00			
			17:00~18:00	小3~6		
スポーツ鬼ごっこ	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	17:00~18:30	小1~6 インドア	4/8,15,22	5/13,20,27
	火	中尾 小学校	17:00~17:50	小1~3 インドア	4/15,22	5/13,20,27
			18:00~19:30	小4~6 インドア		
	木	駒場体育館	16:00~17:00	年中~小2 キッズ	4/3,10,17	5/8,15,22,29
	木	本太 小学校	17:00~18:30	小1~4 インドア	4/10,17,24	5/1,8,22,29
			18:30~20:00	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	4/2,9,16,23,30	5/7,14,21,28	
テニス & プレイ	水	駒場体育館	17:00~18:30	小1~小4	4/2,9,16,23,30	5/7,14,21,28
バレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:10~18:20	4/1,8,15,22	5/13,20,27
			Jr. II (高学年)	18:30~20:00		
	金	"	幼児	16:00~17:00	4/4,11,18,25	5/2,9,16,23
			Jr. I (低学年)	17:10~18:20		
			Jr. II (高学年)	18:30~20:00		
	土	"	幼児	14:00~15:00	4/5,12,19,26	5/10,17,24,31
Jr. I (低学年)			14:00~15:20			
Jr. II (高学年)			15:00~16:30			

浦和スポーツクラブ 4・5月予定表 大人向けプログラム

2025.4-5

スタジオ プログラム 	月	9:10~10:00	やすらぎの朝YOGA	4/7,14,21,28 5/12,19,26		
		10:20~11:10	アロマYOGA			
	火	9:10~10:00	ストレッチピラティス	4/1,8,15,22 5/13,20,27		
		10:20~11:10	ストレッチ&バレエ			
		11:30~12:20	トッシューズ&バリエーション			
	水	9:10~10:00	コアヨガ	4/2,9,16,23 5/7,14,21,28		
		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	4/3,10,17,24 5/1,8,15,22		
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	4/4,11,18,25 5/2,9,16,23			
	10:20~11:10	ピラティス				
土	9:20~10:10	一週間を整えるヨガ	4/5,12,19,26 5/10,17,24			
アクティブシニア 健康教室	月	9:30~10:30	4/7,14,21 駒場体育館会議室 5/5,12,19 駒場体育館会議室 6/2,9,16,23 駒場体育館会議室			
スーパ-シニア サッカー広場	木	13:00~14:30	4/3 窓衛門(14時~) 4/10 駒場サブ 4/17 駒場サブ 4/24 駒場サブ 5/1 未定 5/8 駒場サブ 5/15 未定 5/22 未定 5/29 駒場サブ 6/5未定 6/12駒場サブ 6/19未定 6/26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	4/5,6,12,13,19,20,26,27 ※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	4/3,10,17,24		5/8,15,22,29	
初級 テニス 	月	11:15~12:45	4/7 市営⑦	4/14 駒場A	4/28 市営⑥	
	火	11:15~12:45	4/1 市営⑦	4/8 市営①	4/15 市営⑦	4/22 市営⑤
	水	9:30~11:00	4/9 市営⑤	4/16 市営④	4/23 市営⑦	4/30 市営⑤
	木	9:30~11:00	4/10 市営④	4/17 市営④	4/24 市立	
	金	9:30~11:00	4/4 駒場A	4/11 駒場A	4/18 市立	4/25 駒場A
enjoy テニス	木	9:30~11:00	4/3 市営④	4/10 市立	4/17 市営③	4/24 市営①
	金	9:30~11:00	4/4 市営④	4/11 駒場B	4/18 市営③	4/25 市営②
中級 テニス	月	9:00~10:30	4/7 市営⑦	4/14 大和田②	4/28 市営⑦	
	火	9:30~11:00	4/1(11時~) 駒場B	4/8 市営①	4/15(11時~) 市営⑥	4/22 市営①
	金	13:00~14:30	4/11 市営①	4/18 市営⑤	4/25 市営⑤	
シニアテニス	水	13:15~14:45	4/16 駒場B	4/23 駒場A	4/30 駒場B	