

浦和スポーツクラブ 7・8月予定表 キッズプログラム

2025.7-8

	月	駒場クラブ	17:00~17:50	年中・年長	7/7,14,28 ※7月は時間変更で開催 年中、長 17:00~17:50 小1~小3 17:00~18:00 小4~小6 17:40~18:50	8/4,18,25 ※8月は時間変更で開催 年中、長 17:00~17:50 (希望者のみ) 小1~小3 17:00~18:00 小4~小6 17:40~18:50
			17:00~18:00	小1・小2・小3		
			17:40~18:40			
			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	7/2,9,16,30 ※23日休み	8/6,20
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	7/10(駒場),17(本小) 24(駒場),31(駒場)	8/7(駒場),21(駒場) 28(駒場)
	金	駒場体育館	15:10~16:00	年中・年長	7/4,18,25 ※4日は鬼ごっこ休み ※25日は時間変更で開催 13:10~14:10 小3~6 13:10~14:40 鬼ごっこ 15:00~15:50 年中・長 15:50~16:50 小1~小3/年中・長 (16:40まで)	8/8,22,29
			16:00~16:50			
			16:00~17:00	小1~3		
			17:00~18:00			
			17:00~18:00			
スノー鬼ごっこ	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。	
	火	北浦和 小学校	17:00~18:30	小1~6 イドア	7/1,8,15	熱中症予防のためお休み
	火	中尾 小学校	17:00~17:50	小1~3 イドア	7/1,8,15	
			18:00~19:30	小4~6 イドア		
	木	駒場体育館	16:00~17:00	年中~小2 キッズ	7/10,17,24,31	8/21,28
	木	本太 小学校	17:00~18:30	小1~4 イドア	7/3,10,17	熱中症予防のためお休み
			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	7/2,9,16,23,30	8/6,20,27	
テニス & プレイ	水	駒場体育館	17:00~18:30	小1~小4	7/2,9,16,23	8/6,20,27
バレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:10~18:20	7/1,8,15,22	8/5,19,26
			Jr. II (高学年)	18:30~20:00		
	金	"	幼児	16:30~17:30	7/4,11,18,25	8/1,8,22,29
			Jr. I (低学年)	17:40~18:50		
			Jr. II (高学年)	18:50~20:20		
	土	"	幼児・小1	14:00~15:00	7/5,12,19,26	8/2,9,23,30
小2以上			15:00~16:30			

浦和スポーツクラブ 7・8月予定表 大人向けプログラム

2025.7-8

スタジオ プログラム 	月	9:10~10:00	やすらぎの朝YOGA	7/7,14,28 8/4,18,25		
		10:20~11:10	アロマYOGA			
	火	9:10~10:00	ストレッチピラティス	7/1,8,15,22 8/5,19,26		
		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	7/2,9,16,23 8/6,20,27		
		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	7/3,10,17,24 8/7,21,28		
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	7/4,11,18,25 8/1,8,22			
	10:20~11:10	ピラティス				
土	9:20~10:10	一週間を整えるヨガ	7/5,12,19,26 8/16,23,30			
アクティブシニア 健康教室	月	9:30~10:30	7/7,14 駒場体育館会議室 8/18,25 駒場体育館会議室 9/1,8,22,29 駒場体育館会議室			
スポーツシニア サッカー広場	木	13:00~14:30	7/3駒場サブ 7/10戸田惣右衛門(14時~) 7/17駒場サブ 7/24駒場サブ 8/7未定 8/14未定 8/21未定 8/28駒場サブ 9/4駒場サブ 9/11駒場サブ 9/18駒場サブ 9/25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	7/5,6,12,13,19,20,26,27 ※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	7/3,10,17,24,31		8/7,21,28	
初級 テニス 	月	11:15~12:45	7/7 市営⑤	7/14 駒場C	7/28 市営⑦	
	火	11:15~12:45	7/8 市営⑤	7/15 市営⑥	7/22 市営⑦	7/29 駒場B
	水	9:30~11:00	7/2 市営①	7/9 市営⑦	7/23 市営⑤	7/30 市営⑥
	木	9:30~11:00	7/3 市立	7/10 市立	7/17 市営④	7/24 市営②
	金	9:30~11:00	7/4 駒場C	7/11 駒場B	7/18 大原②	
ナイター	水	17:30~19:00	7/2 天沼①	7/9 天沼①	7/16 天沼①	7/23 天沼⑥
enjoy テニス	木	9:30~11:00	7/3 市立	7/10 市立	7/17 市営③	
	金	9:30~11:00	7/4 市立	7/11 市立	7/18 市立	7/25 駒場B
中級 テニス	月	9:00~10:30	7/7 市営⑤	7/14 市営⑤	7/28 市営⑤	
	火	9:30~11:00	7/1 市立	7/8 駒場B	7/15 市営③	7/22 駒場B
	金	13:00~14:30	7/4 駒場C	7/11 市営⑥	7/18 駒場C	7/25 市営⑥
シニアテニス	水	13:15~14:45	7/2 駒場A	7/9 駒場A	7/16 駒場B	7/23 駒場A