

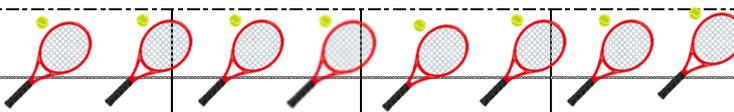
浦和スポーツクラブ 8・9月予定表 キッズプログラム

2025.8-9

サッカー 広場 	月	駒場リ グランド	17:00~17:50	年中・年長	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	9/1,8,22,29 ※29日は時間変更で開催 年中、長 17:00~17:50 小1~小3 17:00~18:00 小4~小6 17:40~18:50
			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	8/6,20 ※27日追加	9/3,10,17,24
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	8/7(駒場),21(駒場) 28(駒場)	9/4(駒場),11(駒場) 18(本小),25(駒場)
のびのび 体操広場 	金	駒場体育館	15:10~16:00	年中・年長	8/1,8,22,29 ※1日は、鬼ごっこのみ開催 14:00~16:00 第2体育室	9/5,12,19,26
			16:00~16:50			
			16:00~17:00	小1~3		
			17:00~18:00			
			17:00~18:00	小3~6		
ス*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 イドア	熱中症予防のためお休み 会費はいただきません。	9/2,9,16,30
	火	中尾 小学校	17:00~17:50	小1~3 イドア		9/2,9,16,30
			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	8/21,28	9/4,11,18,25
	木	本太 小学校	17:00~18:30	小1~4 イドア	熱中症予防のためお休み 会費はいただきません。	9/4,11,18,25
			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	熱中症予防のためお休み 会費はいただきません。	9/3,10,17,24	
テニス & プレイ	水	駒場体育館	17:00~18:30	小1~小4	8/6,20,27	9/3,10,17,24
バレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:10~18:20	8/5,19,26	9/2,9,16,30
			Jr. II (高学年)	18:30~20:00		
	金	"	幼児	16:30~17:30	8/1,8,22,29	9/5,12,19,26
			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	8/2,9,23,30	9/6,13,20,27
			小2以上	15:00~16:30		

浦和スポーツクラブ 8・9月予定表 大人向けプログラム

2025.8-9

 スタジオプログラム	月	9:10~10:00	やすらぎの朝YOGA	8/4,18,25 9/1,8,22,29		
		10:20~11:10	アロマYOGA			
	火	9:10~10:00	ストレッチピラティス	8/5,19,26 9/2,9,16,30		
		10:20~11:10	ストレッチ&バレエ			
		11:30~12:20	トッシュュース&バリエーション			
	水	9:10~10:00	コアヨガ	8/6,20,27 9/3,10,17,24		
		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	8/7,21,28 9/4,11,18,25		
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	8/1,8,22 9/5,12,19,26			
	10:20~11:10	ピラティス				
土	9:20~10:10	一週間を整えるヨガ	8/16,23,30 9/6,13,20,27			
アクティブシニア健康教室	月	9:30~10:30	8/18,25 駒場体育館会議室 9/1,8,22,29 駒場体育館会議室 10/6,13,20,27 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	8月は熱中症予防のためお休み(会費はいただきません) 9/4駒場サブ 9/11駒場サブ 9/18駒場サブ 9/25未定 10/9 駒場サブ 10/16駒場サブ 10/23駒場サブ 10/30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	8/2,3,9,10,16,17,23,24,30,31 ※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	8/7,21,28		9/4,11,18,25	
 初級テニス	月	11:15~12:45				
	火	11:15~12:45				
	水	9:30~11:00				
	木	9:30~11:00				
	金	9:30~11:00				
ナイター	水	17:30~19:00	8月はお休み			
enjoy テニス	木	9:30~11:00				
	金	9:30~11:00				
中級 テニス	月	9:00~10:30				
	火	9:30~11:00				
	金	13:00~14:30				
シニアテニス	水	13:15~14:45				