

浦和スポーツクラブ 1・2月予定表 キッズプログラム

2026.1-2

サッカー 広 場 	月	駒場サブ グラウンド	15:30～16:20	年中・年長	1/5,19,26 ※5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	2/2,16
			16:30～17:20			
			16:30～17:30	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	1/7,14,21,28	2/4,18,25
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	1/8(駒場),15(本小) 22(駒場)、29(駒場)	2/5(駒場),12(駒場) 19(本太),26(駒場)
のびのび 体操広場 	金	駒場体育館	15:10～16:00	年中・年長	1/9,23,30 ※9日は時間変更で開催 のびのび小3～小6 15:00～16:00 鬼ごっこ15:00～16:30 他の学年は、通常通り	2/6,13,20,27
			16:00～16:50			
			16:00～17:00	小1～3		
			17:00～18:00			
			17:00～18:00	小3～6		
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	17:00～18:30	小1～6 インドア	1/6,13,20,27	2/3,10
	火	中尾 小学校	17:00～17:50	小1～3 インドア	1/6,13,20 ※27日休み	2/3,10
			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	1/8,15,29	2/5,19,26
	木	本太 小学校	17:00～18:30	小1～4 インドア	1/8,15,22,29	2/5,12,19,26
			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	1/7,14,21,28	2/4,18,25
テニス & プレイ	水	駒場体育館	17:00～18:30	小1～小4	1/7,14,21	2/4,18,25
バレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:10～18:20	1/13,20,27	2/3,10,17,24
			Jr. II (高学年)	18:30～20:00		
	金	〃	幼 児	16:20～17:20	1/9,16,23,30	2/6,13,20,27
			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	1/10,17,24,31	2/7,14,21,28
小2以上			15:00～16:30			

浦和スポーツクラブ 1・2月予定表 大人向けプログラム

2026.1-2

 スタジオ プログラム	月	9:10～10:00	やすらぎの朝YOGA	1/5,19,26 2/2,9,16		
		10:20～11:10	アロマYOGA			
	火	9:10～10:00	ストレッチピラティス	1/6,13,20 2/3,10,17		
		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	1/7,14,21 2/4,18,25		
		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	1/8,15,22 2/5,12,19,26		
		10:20～11:10	リフレッシュピラティス			
アクティブシニア 健康教室	月	9:30～10:30	9:10～10:00	1/9,16,23 2/6,13,20,27		
			10:20～11:10			
シニア 有酸素運動教室	木	11:10～12:10	リフレッシュヨガ	1/10,17,24 2/7,14,21,28		
			ピラティス			
ス・ハ・シニア サッカー広場	木	13:00～14:30	一週間を整えるヨガ	1/5,12 剣道場 1/19,26 第1体育室 2/2,9,16 第1体育室 3/2,9,23,30 第1体育室		
サッカー 生涯	土日	19:30～21:00 県立浦和高校 グラウンド	1/8 駒場サブ 1/15 駒場サブ 1/22 駒場サブ 1/29 駒場サブ 2/5 駒場サブ 2/12 駒場サブ 2/19 駒場サブ 2/26 駒場サブ 3/5 駒場サブ 3/12 駒場サブ 3/19 未定 3/26駒場サブ	1/10,11,24,25,31 ※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	1/8,15,22,29	2/5,12,19,26		
 初級 テニス	月	11:15～12:45	1/5 大宮第2 ②⑩	1/19 大宮第2 ②⑩	1/26 市営⑦	
	火	11:15～12:45	1/13 駒場B	1/20 駒場C	1/27 駒場C	
	水	9:30～11:00	1/7 市営⑤	1/14 市営⑦	1/21 市営⑦	1/28 市営⑤
	木	9:30～11:00	1/8 市営④	1/15 市営③	1/22 市営③	1/29 市営④
	金	9:30～11:00	1/9 大原①	1/16 駒場B	1/23 駒場C	
ナイター	水	17:30～19:00	1/7 天沼⑥	1/14 天沼⑪	1/21 天沼⑥	1/28 天沼⑪
enjoy テニス	木	9:30～11:00	1/8 市営③	1/15 市営④	1/22 市営①	1/29 市営②
	金	9:30～11:00	1/23 駒場B	1/30 駒場B		
中級 テニス	月	9:00～10:30	1/5 駒場C	1/19 大宮第2 ④	1/26 駒場A	
	火	9:30～11:00	1/6 市営④	1/13 市営①	1/20 市営②	1/27 市営④
	金	13:00～14:30	1/9 市営⑦			
シニアテニス	水	13:15～14:45	1/7 駒場B	1/14 駒場A	1/21 駒場A	1/28 駒場B