

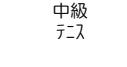
浦和スポーツクラブ 2・3月予定表 キッズプログラム

2026.2.3

サッカーアンバサダースクール	月	駒場サブグラウンド	15:30~16:20	年中・年長 小1・小2・小3 小4・小5・小6	2/2,16	3/2,9,16,23	
			16:30~17:20				
			16:30~17:30				
			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	2/4,18 ※25日お休み	3/11,18,25	
ガールズサッカーレッスン	木	駒場サブ本太小	17:30~19:00	小1~中3女子	2/5(駒場),12(駒場) 19(本太),26(駒場)	3/5(本太),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 小1~3 小3~6	2/6,13,20,27	3/6,13,27 ※6日 鬼ごっこ休み 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。	
			16:00~16:50				
			16:00~17:00				
			17:00~18:00				
			17:00~18:00				
スポーツ鬼ごっこ	金	駒場体育館	17:00~18:30	小1~6			
子どものテニス	火	北浦和小学校	17:00~18:30	小1~6 イドア	2/3,10	学校施設の貸出がないため 3月の活動休止 会費はいただけません。	
	火	中尾小学校	17:00~17:50	小1~3 イドア	2/3,10		
			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	2/5,19,26	3/5,19,26	
	木	本太小学校	17:00~18:30	小1~4 イドア	2/5,12,19,26	学校施設の貸出がないため 3月の活動休止 会費はいただけません。	
			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	2/4,18,25	3/4,11,18,25	
テニス&プレイ	水	駒場体育館	17:00~18:30	小1~小4	2/4,18,25	3/4,11,25	
バレエ	火	領家タジオ	Jr. I (低学年)	17:10~18:20	2/3,10,17,24	3/3,10,17,24,31	
			Jr. II (高学年)	18:30~20:00			
	金	II	幼児	16:20~17:20	2/6,13,20,27	3/6,13,27	
			Jr. I (低学年)	17:40~18:50			
			Jr. II (高学年)	18:50~20:20			
	土	II	幼児・小1	14:00~15:00	2/7,14,21,28	3/7,14,21,28	
			小2以上	15:00~16:30			

浦和スポーツクラブ 2・3月予定表 大人向けプログラム

2026.2.3

	月	9:10~10:00	やすらぎの朝YOGA	2/2,9,16	3/2,9,16,23,30
		10:20~11:10	アロマYOGA		
	火	9:10~10:00	ストレッチピラティス	2/3,10,17	3/3,10,17,24
		10:20~11:10	ストレッチ&パレエ		
		11:30~12:20	トゥシューズ&バリエーション		
	水	9:10~10:00	コアヨガ	2/4,18,25	3/4,11,18
		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	2/5,12,19,26	3/5,12,19
		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	2/6,13,20,27	3/6,13,27
		10:20~11:10	ピラティス		
	土	9:20~10:10	一週間を整えるヨガ	2/7,14,21,28	3/7,14,28
アクティブシニア 健康教室	月	9:30~10:30	2/2,16 第1体育室 3/2,9,23,30 第1体育室 4/6,13,20,27 第1体育室	※2/9お休み	
シニア 有酸素運動教室	木	11:10~12:10	2/5,12,19,26 第1体育室 3/5,12,19,26 第1体育室		
スパークシニア サッカー広場	木	13:00~14:30	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 4/9 駒場サブ 4/16 駒場サブ 4/23 駒場サブ 4/30 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	2/1,7,8,14,15,21,22 ※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	2/5,12,19,26 ※19日19:00~	3/5,19,26	
	月	11:15~12:45	2/2 駒場C	2/9 大宮第2 (17)	2/16 市営⑦
	火	11:15~12:45	2/3 市営⑤	2/17 市営⑦	2/24 駒場B
	水	9:30~11:00	2/4 市営⑤	2/18 市営②	2/25 市営⑦
	木	9:30~11:00	2/5 市営①	2/12 市営④	2/19 駒場B
	金	9:30~11:00	2/6 市立	2/13 駒場C	2/20 大原③
ナイター	水	17:30~19:00	2/4 天沼⑤	2/18 天沼⑦	2/25 天沼⑦
enjoy テニス	木	9:30~11:00	2/5 市営④	2/12 市営①	2/19 市立
	金	9:30~11:00	2/6 市立	2/13 駒場B	2/20 駒場C
	月	9:00~10:30	2/9 市営⑤	2/23 市営⑥	
	火	9:30~11:00	2/3 市営②	2/10 駒場C	2/17 市営③
	金	13:00~14:30	2/13 市営⑦	2/20 市営⑤	2/24 市営③
シニアテニス	水	13:15~14:45	2/18 駒場B	2/25 駒場A	