


浦和スポーツクラブ 4・5月予定表 キッズプログラム

2026.4-5

サッカー 広場 	月	駒場サブ グラウンド	15:30~16:20	年中・年長	4/6,13,20,27	5/11,18
			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	4/1,8,15,22	5/13,20,27
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	4/2(本太),9(駒場) 16(本太),23(駒場)	5/7(駒場),14(駒場) 21(駒場),28(本太)
のびのび 体操広場 	金	駒場体育館	15:10~16:00	年中・年長	4/3,10,17,24	5/8,15,22,29
			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 (BRONCOSI) 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	17:00~18:00	小1~4 インドア	4/14,21,28	5/12,19,26
			18:00~19:30	小5・6 インドア		
	火	中尾 小学校	17:00~17:50	小1~3 インドア	4/14,21,28	5/12,19,26
			17:00~18:30	小1~6 インドア		
	木	駒場体育館	16:00~17:00	年中~小2 キッズ	4/9,16,23,30	5/7,21,28
	木	本太 小学校	17:00~18:30	小1~4 インドア	4/9,16,23,30	5/7,14,21,28
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	4/1,8,15,22	5/13,20,27	
テニス & フレイ	水	駒場体育館	17:00~18:30	小1~小4	4/1,8,15,22	5/13,20,27
ハレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:10~18:20	4/7,14,21,28	5/12,19,26
			Jr. II (高学年)	18:30~20:00		
	金	"	幼児	16:20~17:20	4/3,10,17,24	5/8,15,22,29
			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	4/4,11,18,25	5/9,16,23,30
小2以上			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

20264-5

スタジオ プログラム 	月	9:10~10:00	やすらぎの朝YOGA	4/6,13,20,27 5/11,18,25		
		10:20~11:10	アロマYOGA			
	火	9:10~10:00	ストレッチピラティス	4/7,14,21,28 5/12,19,26		
		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	4/1,8,15,22 5/13,20,27		
		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	4/2,9,16,23 5/7,14,21,28		
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	4/3,10,17,24 5/8,15,22			
	10:20~11:10	ピラティス				
土	9:20~10:10	一週間を整えるヨガ	4/4,11,18,25 5/9,16,23			
アクティブシニア 健康教室	月	9:30~10:30	4/6,13,20 第1体育室 5/4,11,18,25 第1体育室 6/8,15,22(剣道場),29 ※22日以外第1体育室			
シニア 有酸素運動教室	木	11:10~12:10	4/9,16,23,30 第1体育室 5/7,14,21,28 第1体育室			
スパーシニア サッカー広場	木	13:00~14:30	4/9 駒場サブ 4/16 駒場サブ 4/23 駒場サブ 4/30 駒場サブ 5/7 未定 5/14 未定 5/21 駒場サブ 5/28 駒場サブ 6/4 未定 6/11 駒場サブ 6/18 駒場サブ 6/25 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	4/4,5,11,12,18,19,25,26 ※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	4/2,9,16,23,30		5/7,14,21,28	
初級 テニス 	月	11:15~12:45	4/13 駒場B	4/20 駒場C	4/27 駒場C	
	火	11:15~12:45	4/7 駒場A	4/14 市営⑤	4/21 駒場B	4/28 駒場C
	水	9:30~11:00	4/1 市営⑥	4/8 市営①	4/15 市営①	4/22 市営⑤
	木	9:30~11:00	4/9 市営①	4/16 市営②	4/23 市営①	4/30 市営①
	金	9:30~11:00	4/3 駒場B	4/10 駒場A	4/17 駒場A	4/24 駒場A
ナイター	水	17:30~19:00	4/1 天沼①	4/8 天沼①	4/15 天沼⑥	4/22 天沼①
enjoy テニス	木	9:30~11:00	4/2 市営④	4/9 市営④	4/23 市営③	4/30 市立
	金	9:30~11:00	4/17 大原②	4/24 駒場C		
中級 テニス	月	9:00~10:30	4/13 駒場B	4/20 駒場A	4/27 大原③	
	火	9:30~11:00	4/7 市営②	4/21 駒場B	4/28 市営④	
	金	13:00~14:30	4/3 市営⑥	4/10 市営⑤	4/17 市営⑦	4/24 市営⑤
シニアテニス	水	13:15~14:45	4/1 駒場C	4/8 駒場C	4/22 駒場C	