

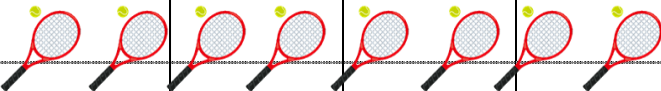
浦和スポーツクラブ 8・9月予定表 キッズプログラム

20268-9

サッカー 広 場 	月	駒場サブ グラウンド	15:30～16:20	年中・年長	8/3,17,24,31 ※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 ☆小1～小3の17:40～ クラスの方は時間変更はありません	9/7,14,28 ※28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 ☆小1～小3の17:40～ クラスの方は時間変更はありません
			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	8/5,19,26	9/2,9,16,30
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	8/6(駒場),20(駒場) 27(駒場)	9/3(駒場),10(駒場) 17(本小),24(駒場)
シュテルン	水・木 土・日	水 本太小 木 駒場サブ 本太小 土日 浦高	18:30～20:00	小6～ 女子	8/5,19,26	9/2,9,16,30
			17:30～19:00		8/6(駒場),20(駒場) 27(駒場)	9/3(駒場),10(駒場),17(本小),24(駒場)
			19:30～21:00		8/1,2,8,9,22,23,29,30	9/5,6,19,20,26,27
のびのび 体操広場 	金	駒場体育館	15:10～16:00	年中・年長	8/7,21,28 ※21日は時間変更で開催 年中・長 13:10～14:00 小1～小3 14:00～15:00 小3以上・鬼ごっこ 15:00～16:30	9/4,11,18,25
			16:00～16:50			
			16:00～17:00	小1～3		
			17:00～18:00			
			17:00～18:00	小3～6		
スーパ鬼ごっこ	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	17:00～18:00	小1～4 キッズ	熱中症予防のためお休み 会費はいただきません。	9/1,8,15,29
			18:00～19:30	小5・6 イドア		
	火	中尾 小学校	17:00～18:00	小1～3 イドア		9/1,8,15,29
			17:00～18:30	小1～6 イドア		
	木	駒場体育館	16:00～17:00	年中～小2 キッズ	8/6,20,27	9/3,10,17,24
	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。	9/3,10,17,24
			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。	9/2,9,16,30
テニス & プレイ	水	駒場体育館	17:00～18:30	小1～小4	8/5,19,26	9/2,9
バレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:10～18:20	8/4,18,25	9/1,8,15,29
			Jr. II (高学年)	18:30～20:00		
	金	〃	幼 児	16:20～17:20	8/7,21,28	9/4,11,18,25
			Jr. I (低学年)	17:40～18:50		
			Jr. II (高学年)	18:50～20:20		

浦和スポーツクラブ 8・9月予定表 大人向けプログラム

2026.8-9

スタジオ プログラム 	月	9:10~10:00	やすらぎの朝YOGA	8/3,10,17,31 9/7,14,28		
		10:20~11:10	アロマYOGA			
	火	9:10~10:00	ストレッチピラティス	8/4,18,25 9/8,15,29		
		10:20~11:10	ストレッチ&バレエ			
		11:30~12:20	トウシューズ&パリエーション			
	水	9:10~10:00	コアヨガ	8/5,19,26 9/9,16,30		
		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	8/6,20,27 9/10,17,24		
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	8/7,21,28 9/11,18,25			
	10:20~11:10	ピラティス				
土	9:20~10:10	一週間を整えるヨガ	8/15,22,29 9/5,12,26			
アクティブシニア 健康教室	月	9:30~10:30	8/17(剣道場),24,31 ※17日以外は第1体育室 9/7(剣道場),14,21,28 ※7日以外は第1体育室 10/5,12(会議室),19,26 ※12日以外は第1体育室			
シニア 有酸素運動教室	木	11:10~12:10	8/6(柔道場),20,27 ※6日以外は第1体育室 9/3,10,17,24			
スーパースニア サッカー広場	木	13:00~14:30	8月休み 9/3 駒場サブ 9/10 駒場サブ 9/17 駒場サブ 9/24 未定 10/8 駒場サブ 10/15 駒場サブ 10/22 駒場サブ 10/29 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	8/1,2,8,9,15,16,22,23,29,30 ※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	火	19:00~20:30 駒場体育館	8/3(月),25		9/1,8,15,29	
	木	19:30~21:00 本太中学校	8/6,20,27		9/3,10,17,24	
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				