

浦和スポーツクラブ 9・10月予定表 キッズプログラム

2026.9-10

サッカー 広 場 	月	駒場7 グラウンド	15:30～16:20	年中・年長	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	10/5,19,26 ※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 ☆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	9/2,9,16,30	10/7,14,21,28
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	9/3(駒場),10(駒場) 17(本小),24(駒場)	10/8(駒場),15(本小) 22(駒場),29(本小)
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	18:00～19:30	小6～ 女子	9/2,9,16,30	10/7,14,21,28
			17:30～19:00		9/3(駒場),10(駒場),17(本小),24(駒場)	10/8(駒場),15(本小),22(駒場),29(本小)
			19:30～21:00		9/5,6,19,20,26,27	10/3,4,10,11,17,18,24,25,31
のびのび 体操広場 	金	駒場体育館	15:10～16:00	年中・年長	9/4,11,18,25 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ことが、月に1～2回あります。	10/2,9,23
			16:00～16:50			
			16:00～17:00	小1～3		
			17:00～18:00			
			17:00～18:00	小3～6		
ｽﾎﾟｰﾂ鬼ごっこ	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	17:00～18:00	小1～4ｷｯｽﾞ	9/1,8,15,29	10/6,13,20,27
			18:00～19:30	小5・6ｲﾄﾞﾌﾞ		
	火	中尾 小学校	17:00～18:00	小1～3ｲﾄﾞﾌﾞ	9/1,8,15,29	10/6,13,20,27
			17:00～18:30	小1～6ｲﾄﾞﾌﾞ		
	木	駒場体育館	16:00～17:00	年中～小2ｷｯｽﾞ	9/3,10,17,24	10/8,15,22,29
	木	本太 小学校	17:00～18:30	小1～4ｲﾄﾞﾌﾞ	9/3,10,17,24	10/1,8,15,22
			18:30～20:00	小5・6ｲﾄﾞﾌﾞ		
	水	天沼 テニスコート	17:30～19:00	硬式 小学生以上 & 保護者	9/2,9,16,30	10/7,14,21,28
テニス & プレイ	水	駒場体育館	17:00～18:30	小1～小4	9/2,9	10/7,14,28
バレエ	火	領家 スタジオ	Jr. I (低学年)	17:10～18:20	9/1,8,15,29	10/6,13,20,27
			Jr. II (高学年)	18:30～20:00		
	金	〃	幼 児	16:20～17:20	9/4,11,18,25	10/2,9,16,23
			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 9・10月予定表 大人向けプログラム

2026.9-10

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