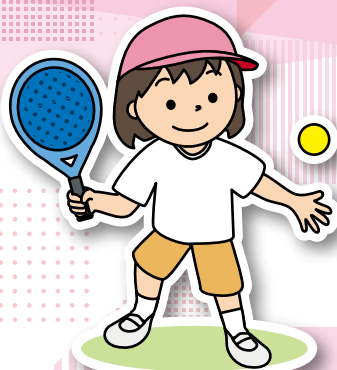
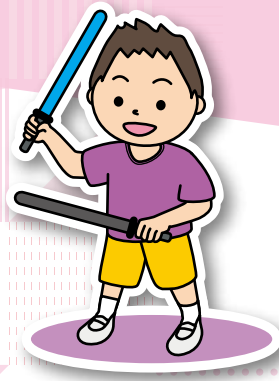




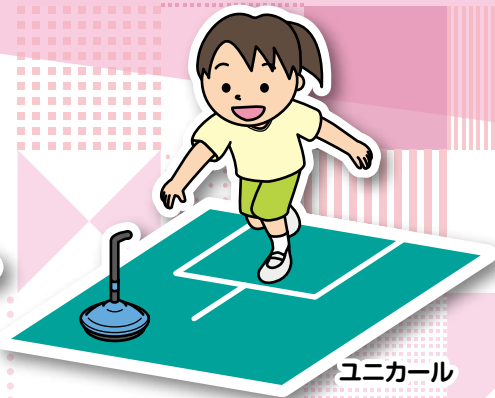
ウオークラリー



パドルテニス



スポーツチャンバラ



ユニカール

いつでも

どこでも

だれでも

楽しくふれあい
スポーツ・レクリエーション!

第38回

都民スポレク ふれあい大会

大会開催期間

2026年

4/18_土 ▶ 12/31_木

参加者
募集

主催 東京都・一般社団法人東京都レクリエーション協会

全28種目を都内各地で体験できます!



初めての方のために気軽に体験できる

無料体験コーナー

をご用意しております。

詳しくは、各種目の問合せ先にご確認ください。

室内種目は、室内シューズをご用意ください!!

大会開催予定

(令和8年4月現在)

大会期日	大会種目
4月	●ウォーキングフットボール
5月	●ティーボール ●ウォークラリー ●パドルテニス
7月	●ネオホッケー ●スポーツチャンバラ
8月	●ユニカール ●インディアカ
9月	●ミニテニス ●スポーツウエルネス吹矢 ●レクリエーション卓球 ●グラウンド・ゴルフ ●バウンドテニス ●ドッジボール ●ターゲット・バードゴルフ ●ウォーキング ●クッブ ●ノルディック・ウォーク

大会期日	大会種目
10月	●ターゲット・バードゴルフ ●スポーツチャンバラ ●フォークダンス ●練功十八法 ●トリム体操 ●手のひら健康バレー
11月	●太極柔力球 ●ミニフロアボール

東京都在住・在勤・在学、都内の運動クラブに所属する方であれば参加できます。

- 個人やチームで参加できる種目
- 区市町村単位のチーム編成となる種目

※オリエンテーリング、キンボールスポーツ、カーレット、フライングディスクの日程は決まり次第、東京都レクリエーション協会のホームページでお知らせします。

※日程や会場については変更となる場合があります。詳細は各種目の問合せ先へご連絡ください。

種目のご案内

(8月16日までに開催予定の種目)

●ウォークラリー

5/31(日) 9:30~14:00

港区虎ノ門いきいきプラザ 多目的室

参加費：中学生以上1,000円

無料体験 10:00~13:00 事前申込

問合せ先：東京都ウォークラリー協会
Mail:yoshi-i-y@khe.biglobe.ne.jp

●スポーツチャンバラ

7/12(日) 9:30~15:00

小太刀刀法・太刀斬形・様斬の部

杉並区立大宮中学校 体育館

参加費：1,000円 無料体験 見学のみ(当日受付)

問合せ先：東京都スポーツチャンバラ協会
☎090-3502-8691
Mail:ken1seiko@ezweb.ne.jp

●ウォーキングフットボール※

4/25(土) 11:00~16:30

駒沢オリンピック公園総合運動場 第一球技場

参加費：1チーム11,000円、個人参加1,100円

無料体験 11:15~11:45 事前申込・当日受付

問合せ先：(一社)日本ウォーキングフットボール連盟
東京支部
Mail:info@jwfl.jp

●パドルテニス

5/31(日) 9:45~18:00

港区スポーツセンター アリーナ

参加費：1,500円/中学生以下600円

無料体験 13:30~14:30 当日受付(13:15~13:30)

問合せ先：東京都パドルテニス協会
Mail:kaneko19@jcom.home.ne.jp

●ユニカール

8/16(日) 13:00~18:00

駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場

参加費：小・中学生、障がい者500円、高校生以上1,000円

無料体験 13:00~14:00 当日受付

問合せ先：東京都ユニカール協会
☎03-5932-3655

●ティーボール

5/10(日) 10:00~15:00

駒沢オリンピック公園総合運動場 第一球技場

参加費：無料

無料体験 13:00~15:00 当日受付

問合せ先：NPO法人東京ティーボール連盟
☎070-1406-1597(10:00~16:00)

●ネオホッケー

7/12(日) 9:00~16:00

駒沢オリンピック公園総合運動場 体育館

参加費：中学生以上300円/小学生200円

無料体験 12:00~13:00 事前申込

問合せ先：東京都フロアボール連盟
Mail:tff2012@yahoo.co.jp

※ウォーキングフットボールの参加申込は終了していますが、無料体験にご参加いただけます。

参加お申込方法

参加希望の方は、各種目の問合せ先へご連絡いただくか、東京都レクリエーション協会のホームページ(右記QRコード)をご覧ください。



問 合 せ 先

(一社)東京都レクリエーション協会【都民スポレクふれあい大会事務局】
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-29-9 日本パーティビル3階

TEL 03-6380-4731(平日10:00~17:00) **FAX 03-6380-4732**

E-mail tra@tokyo-rec.or.jp **URL** https://www.tokyo-rec.or.jp