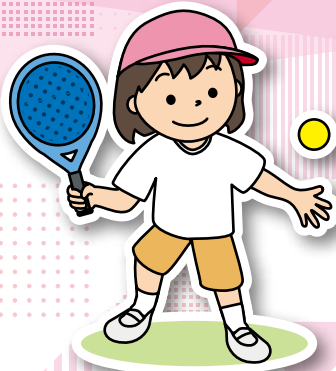
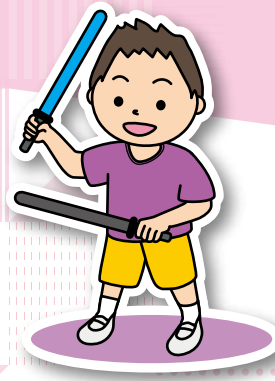


ウオークラリー



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
	●ネオホッケー
7月	●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
11月	●手のひら健康バレー
	●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 見学のみ可(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**