



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36回

参加者
募集

都民スポレク ふれあい大会

大会開催期間

2024年 4/13_土 ▶ 12/31_火



東京都レクリエーション協会
HP

TOKYO SPORTS Recreation 2024

主催 東京都・一般社団法人東京都レクリエーション協会

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>

お申込先 各種目の問合せ先まで

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!!

実施種目のご案内

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。大会に参加希望の方は、各種目の問合せ先へご連絡ください。

● 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

ミニテニス

8/31(土) 9:00~19:00 9/1(日) 9:00~19:00
立川市柴崎市民体育館 第1体育室
参加費:16歳以上1,000円
無料体験 12:00~12:40 当日受付
問合せ先:東京都ミニテニス協会
☎042-595-8668(月木金10:00~15:00)

グラウンド・ゴルフ

9/19(木) 9:00~17:00
駒沢オリンピック公園総合運動場 第一球技場
参加費:20歳以上1,000円
無料体験 10:00~14:00 当日受付
問合せ先:東京都グラウンド・ゴルフ協会
☎042-363-1071

レクリエーション卓球

9/25(水) 9:30~17:00
東京武道館 大武道場
参加費:1,100円
無料体験 12:00~13:00 当日受付
問合せ先:日本レクリエーション卓球連盟東京支部
☎048-975-3088

スポーツウエルネス吹矢

9/28(土) 10:00~17:00
駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場
参加費:16歳以上1,000円
無料体験 11:00~14:00 当日受付
問合せ先:東京都スポーツウエルネス吹矢協会
☎080-1173-8011(平日9:00~17:00)

トリム体操

10/4(金) 10:00~12:00
立川市泉市民体育館 第1体育室
参加費:中学生以上300円
無料体験 10:00~12:00 当日受付
問合せ先:NPO法人東京トリム体操協会
☎0422-26-8231

クッブ

10/20(日) 10:00~15:00
豊洲公園 芝生広場
参加費:1チーム3,000円/中学生以上500円
無料体験 10:30~13:30 当日受付
問合せ先:東京都クッブ協会
☎03-5482-5854(平日10:00~16:00)

キンボールスポーツ

11/3(日) 10:00~18:00
駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場
参加費:大学生以上1,000円/小・中・高校生500円
無料体験 12:30~13:30 当日受付
問合せ先:東京都キンボールスポーツ連盟大会事務局
Mail:tokyo.kinball@gmail.com

カーレット

11/9(土) 13:00~16:30
台東リバーサイドスポーツセンター 3階会議室
無料体験 13:00~16:30 当日受付
11/10(日) 12:30~16:00(予定)
文京区駒込地域活動センター
無料体験 10:00~11:30 当日受付
参加費:中学生以上500円/小学生300円
問合せ先:東京都カーレット協会
☎03-3835-3251(平日10:00~15:00)

カバディ

9/1(日) 12:00~16:00
東京体育館 サブアリーナ
参加費:小・中学生500円
無料体験 13:00~15:00 当日受付
問合せ先:(一社)日本カバディ協会東京都支部
☎03-6914-3047(平日10:00~17:00)

ドッジボール

9/23(月・祝) 9:00~17:30
駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場
参加費:小学生1チーム10,000円/Kidsチーム8,000円
無料体験 ありません
問合せ先:NPO法人東京都ドッジボール協会
☎03-3911-3081(平日10:00~19:00)

ウォーキング

9/28(土) 9:00~12:00
墨田区両国公園
参加費:中学生以上300円/小学生200円
無料体験 10:00~ 当日受付
問合せ先:NPO法人東京都ウォーキング協会
☎03-3295-6262(平日10:00~16:00)

スポーツチャンバラ

9/29(日) 9:30~16:00
墨田区総合体育館 武道場
参加費:1,000円
無料体験 10:00~15:00 当日受付
問合せ先:東京都スポーツチャンバラ協会
Mail:kenken@mti.biglobe.ne.jp

インディアカ

10/5(土) 9:30~17:00
駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場
参加費:中学生以上1,000円
無料体験 11:00~14:00 当日受付
問合せ先:東京都インディアカ協会
☎042-673-4044(木曜日13:00~16:00)

手のひら健康バレエ

11/2(土) 10:00~16:00
府中市立総合体育館
参加費:500円
無料体験 10:00~14:00 当日受付
問合せ先:NPO法人手のひら健康バレエ協会
☎042-403-0271(平日10:00~16:00)

3B体操

11/8(金) 10:30~12:30
新宿コスミックスポーツセンター 大体育室
参加費:500円
無料体験 11:00~12:30 当日受付
問合せ先:(公社)日本3B体操協会東京都支部
☎042-338-0160(9:00~17:00)

太極柔力球

11/22(金) 10:00~16:00
国立オリンピック記念青少年総合センター スポーツ棟
参加費:中学生以上500円
無料体験 13:30~14:30 事前申込
問合せ先:(一社)日本太極柔力球協会
☎080-8473-3033(平日10:00~17:00)

オリエンテーリング

12/21(土) 10:30~14:00 都立和田堀公園(杉並区)
参加費:Lクラス1,300円/Sクラス1,000円/小学生600円 無料体験 10:30~12:30 当日受付
問合せ先:東京都オリエンテーリング協会 <https://orientokyo.jimbo.com/>

バウンドテニス

9/14(土) 9:00~18:00
小平市民総合体育館 第1体育室
参加費:14歳以上1,000円
無料体験 10:00~16:00 当日受付
問合せ先:東京都バウンドテニス協会
☎090-4721-4407(平日10:00~16:00)

ターゲット・バードゴルフ

9/25(水) 10:00~14:00
八王子戸吹スポーツ公園
9/28(土) 10:00~14:00
江戸川区小松川運動公園
10/2(水) 10:00~14:00
府中武蔵野の森公園
10/9(水) 10:00~15:00
国営昭和記念公園
参加費:20歳以上1,000円
無料体験 11:00~13:30 当日受付
問合せ先:東京都ターゲット・バードゴルフ協会
☎03-3655-9356(10:00~19:00)

練功十八法

10/3(木) 10:30~15:00
東京武道館 大武道場
参加費:中学生以上500円
無料体験 13:30~14:30 当日受付
問合せ先:日本練功十八法協会
☎03-3849-5045

フォークダンス

10/15(火) 10:20~15:50
東京体育館 メインアリーナ
参加費:500円
無料体験 10:30~11:30 当日受付
問合せ先:東京都フォークダンス連盟
☎03-3796-7811(平日10:00~16:00)

ノルディック・ウォーク

11/2(土)
①10:30~12:00
②13:30~15:00
(各1km・3kmコース選択)
都立戸山公園(新宿区) やくどうの広場
参加費:中学生以上500円/小学生200円
(レンタルポール500円)
無料体験 11:00~14:00
(ノルディック・ウォーク相談)
問合せ先:(一社)東京都ノルディック・ウォーク連盟
☎03-3899-0848(平日10:00~17:00)

ミニフロアボール

11/24(日) 9:00~17:00
武蔵野の森総合スポーツプラザ サブアリーナ
参加費:中学生以上300円/小学生200円
無料体験 12:00~13:00 当日受付
問合せ先:東京都フロアボール連盟
Mail:tff2012@yahoo.co.jp

※実施時期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。
※最新情報はホームページをご覧ください。