

駒沢会場

【12日(土)】

- ◆ドラコンヒッター
- ◆BMX
- ◆レスリング
- ◆アーチェリー
- ◆ホッケー
- ◆車いすバドミントン
- ◆車いすラグビー
- ◆車いすテニス
- ◆基本から学ぶ! はじめての親子野球教室
- ◆伝説的ストライカーに学ぶ! 釜本邦茂サッカー教室
- ◆現役ラグーマンが教える! ラグビー教室
- ◆メダリストの技を体感! バドミントン教室
- ◆メダリストと楽しく走ろう! ジョギング教室

【12日(土)・13日(日)】

- ◆カヌー
- ◆相撲
- ◆チアリーディング
- ◆射撃
- ◆太極柔力球
- ◆ノルディック・ウォーク
- ◆スポーツチャンバラ
- ◆カーレット
- ◆フリーテニス
- ◆パドルテニス
- ◆ローンボウルズ
- ◆ウォーキング・フットボール
- ◆ツリークライミング®
- ◆ボルダリング
- ◆車いす卓球
- ◆ドッジボール
- ◆フライングディスク
- ◆オーストラリアンフットボール
- ◆ウォーキングサッカー
- ◆ソフトテニス
- ◆弁慶ロードトレイン
- ◆スポーツスタッキング

【13日(日)】

- ◆フォークダンス
- ◆ユニカール
- ◆ポッチャ
- ◆弓道
- ◆インディアカ
- ◆憧れの元プロ野球選手に教わる! 小学生限定野球教室
- ◆プロスプリントコーチが指導! かけっこ教室
- ◆世界クラスの技を学ぶ! 卓球教室
- ◆オリンピックと一緒にアタック! バレーボール教室
- ◆プロコーチが熱血指導! テニス教室
- ◆お笑い芸人と一緒に! 大人が楽しむ運動会

多摩会場

【12日(土)】

- ◆乗馬(ポニー)
- ◆ターゲット・バードゴルフ
- ◆ネオホッケー
- ◆グラウンド・ゴルフ
- ◆ドコデモピンポン
- ◆クオイット(わなげ)
- ◆フラ・タヒチ
- ◆プロスプリントコーチが指導! かけっこ教室
- ◆誰もが身につけたい『正しい』ウォーキング・ジョギング講座
- ◆『怪我なくラクに速く走れるようになる』
正しいフォーム習得+走りの癖改善講座

【12日(土)・13日(日)】

- ◆スポーツクライミング
- ◆トランポリン
- ◆ローラースポーツ
- ◆車いすレーサー
- ◆ディスクゲッター
- ◆ラダーゲッター
- ◆スカットボール
- ◆ダブルダッチ
- ◆バグジー
- ◆タグラグビー
- ◆モルック
- ◆ウォーキング
- ◆綱引き
- ◆バウンドテニス
- ◆カバディ
- ◆ラインクップ
- ◆クップ
- ◆スポーツウエルネス吹矢
- ◆手のひら健康バレー
- ◆ダーツ
- ◆見所満載な秋の昭和記念公園を歩く! コスモスウォーキング

【13日(日)】

- ◆バスケットボールアトラクション
- ◆ブラインドサッカー
- ◆ストライダー
- ◆シンクロアスリート(VR)
- ◆オリンピックと一緒に走ろう! ジョギング教室
- ◆楽しい思い出をつくろう! 親子で楽しむ運動会
- ◆今日から速く・かっこよくなる! 子どもかけっこ教室
- ◆速く走れる走り方を身につける!
スポーツに活かせる子ども走り方教室