



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35回

参加者
募集

都民スポレク ふれあい大会

大会開催期間 2023年

4/15 **土** ▶ 12/31 **日**

1期 4月～6月

2期 7月～12月

TOKYO SPORTS Recreation 2023

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 1期(4~6月) と 2期(7~12月) に実施します

大会期日	大会種目
5月	●ユニカール
	●ティーボール
7月	●パドルテニス
	●ネオホッケー
8月	●カバディ
	●ユニカール(障がい者大会)
9月	●ミニテニス
	●バウンドテニス
	●インディアカ
	●グラウンド・ゴルフ
	●スポーツウエルネス吹矢
	●ターゲット・バードゴルフ
	●レクリエーション卓球
	●ドッジボール
	●ウォーキング

大会期日	大会種目
10月	●トリム体操
	●練功十八法
	●綱引
	●カーレット
	●フォークダンス
	●ノルディック・ウォーク
11月	●クッブ
	●3B体操
	●手のひら健康バレー
	●キンボールスポーツ
	●ミニフロアボール
●太極柔力球	

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

申し込みについて

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。なお、2期については、6月発行予定のチラシをご覧ください。

種目のご案内(1期)

ユニカール

- 氷の上でのカーリングの陸上版です。氷の代わりに特殊なカーペット上をプラスチック製のストーンを使って相手のストーンを出したり、味方のストーンを守ったりして、最後に円の中心に一番近いストーンのチームが勝ちとなります。全ての年齢層の方が対象となります。



5/21(日) 13:00~17:00

駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場

参加費:小・中学生、障がい者 500円、高校生以上 1,000円

無料体験はありません。

問合せ先:東京都ユニカール協会
☎03-5932-3655

ティーボール

- 野球に似たボールゲームで、ティー台にボールをのせ、その静止したボールをバットで打つことからゲームが始まります。プレーする人全員が楽しめるスポーツなので、幼児からお年寄りまで老若男女問わず幅広く楽しめます。



5/21(日) 10:00~15:00

受付時間:①小学生の部 9:30~ ②ふれあいの部(親子・障害者・個人) 12:30~

駒沢オリンピック公園総合総合運動場 補助競技場

参加費:無料

無料体験:13:00~15:00 当日参加大歓迎

問合せ先:NPO 法人東京ティーボール連盟
☎070-1406-1597(午前10時~午後4時)
URL <https://www.tokyoteeball.com>

都民スポレクふれあい大会総合開会式

日時:令和5年4月15日(土) 13:00~15:00

場所:駒沢オリンピック公園総合運動場 屋内球技場

一部種目(太極柔力球、カーレット、パドルテニス、ユニカール)のデモンストレーションを行います。

皆さまのご来場をお待ちしております(事前申込不要)。



観覧無料

どなたでも観覧できます!