

快汗スポーツDAY

2026.10.12(月・祝) スポーツの日

多摩東公園

武道祭

9:30~12:15 武道館武道場

武道団体による演武の発表を行います! 大迫力の演武を是非ご覧ください!

MCは
ワタリ119が
担当!

※どなたでもご観覧可能です。
※ワタリ119について
撮影・録音・録画は
禁止となります。



13:00~
ワタリ119の
ネタステージ!

武道体験

13:00~14:30 武道館武道場

武道を体験してみませんか?
初心者、未経験者の方大歓迎です!

【体験できる種目】

なぎなた、太極拳、居合道、剣道、
柔道、合気道、空手道、少林拳拳法

走り方教室

10:00~12:00 陸上競技場

走り方にはコツがある?!
専門コーチが丁寧に教えます!
年長以上の方が参加可能です。
子供から大人の方までお待ちしております!

事前
申込制

※9/22(火・祝)9:00~申し込み開始(先着順)
QRコードより申し込みをお願いいたします。

ソフトテニス ~初心者体験スクール~

9:00~17:00 庭球場A~D面

ソフトテニスを目一杯楽しもう! 時間内いつでも
体験可能です!
※ラケットをお持ちの方はご持参ください。

硬式テニスレッスン

中学生・一般初中級

10:00~12:00 庭球場E、F面

定員
20名

小学生

13:00~15:00 庭球場E、F面

定員
20名

9/22(火・祝)9:00~
武道館窓口またはお電話にてお申込み(先着順)

事前
申込制

個人使用

午後2 15:30~18:15 武道館武道場
夜間 18:30~21:15 武道館武道場

お好きな種目で使用可能です!

リフォームプライス多摩アリーナ (多摩市立総合体育館)

※総合体育館種目は事前予約不要です

チャレンジ広場

13:00~15:00 第1スポーツホール

様々なゲームをクリアしてスタンプを集めよう!
スタンプを全部集めると景品がもらえるよ!

eスポーツ体験

13:00~15:00 第1スポーツホール

最近流行中のeスポーツ!
リズムに合わせて太鼓をたたこう!

ニュースポーツ体験

9:00~11:45 第1スポーツホール

誰でも気軽に楽しむことができるニュースポーツ!
ポッチャやネオテニスが体験できます!



両会場ともキッチンカー来場!

健康キャラバン

10:00~12:00 第2会議室

パージェックと血管年齢測定!
健康状態を確認めよう!

教室

20分前より
受付

ワタリ119 金庫をストレッテして、
リフレッシュしよう!

10:00~11:00 第5スポーツホール

12:30~13:30 第5スポーツホール

14:00~15:00 第1会議室

15:30~18:00 第5スポーツホール

18:30~21:15 第4SH

18:30~21:15 第4SH

18:30~21:15 第1SH

9:00~11:45 第3SH

9:00~11:45 第1会議室

12:30~15:15 第6SH

12:30~15:15 第6SH

12:30~15:15 第6SH

12:30~15:15 第6SH

12:30~15:15 第6SH

12:30~15:15 第6SH

12:30~15:15 第6SH

12:30~15:15 第6SH

大抽選会

15:30~18:00 第5スポーツホール

マークがあるブースで抽選権を集めよう
豪華景品が当たるかも!?

初心者体験会

卓球

9:00~11:45 第4SH

12:30~15:15 第4SH

スパーツウェルネス
吹奏

9:00~11:45 第1会議室

アーチェリー

9:00~11:45 第6SH

15:30~18:15 第1SH

弓道

12:30~15:15 第6SH

初心者の方は
コチラへ

個人開放

卓球

15:30~18:15 第4SH

18:30~21:15 第4SH

弓道

15:30~18:15 第6SH

18:30~21:15 第6SH

18:30~21:15 第1SH

ドレーミナ

9:00~21:15 第3SH

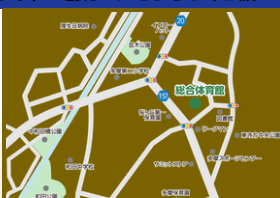
経験者の方は
コチラへ

【ご参加される皆様へ】 リフォームプライス多摩アリーナ(総合体育館)、武道館、陸上競技場、庭球場で開催種目が異なります。お間違いないよう、お気をつけください。レストラン、キッチンカーは有料となります。リフォームプライス多摩アリーナ(総合体育館)にお越しの方は室内用運動靴をご持参ください。有料にてレンタルシューズもございますが、数に限りがございます。リフォームプライス多摩アリーナ(総合体育館)、多摩東公園ともに駐車場はございます(多摩東公園は有料)、混雑が予想されます。できるだけ公共交通機関をご利用いただくよう、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

リフォームプライス多摩アリーナ (多摩市立総合体育館)

〒206-0003 多摩市東寺方533-1
☎042-374-2313

【アクセス】
聖蹟桜ヶ丘駅より徒歩7分・78バス乗車、「総合体育館入口」下車
多摩センター駅より徒歩7分・78バス乗車、「東寺方」下車



多摩東公園

〒206-0024 多摩市諏訪4-9
☎042-371-8421

【アクセス】
聖蹟桜ヶ丘駅または永山駅から諏訪四丁目行きバス乗車、「諏訪四丁目」下車

