

下高井戸運動場 区民集会所

ふわふわ遊具がやってくる！！



イギリスや南アジア諸国で圧倒的人気のスポーツ！
トップ選手の年収は数十億！
世界で人気のクリケットを体験しよう！



スポーツ フェスティバル

2026



TAC杉並区永福体育館

SUR DE WAVE (シュール・ド・ウェーブ)



田代&外山
SPECIAL LESSON

【カラダ・スイッチON！30】
運動初心者も大歓迎！全身を大きく気持ちよく動かして、
カラダと気分をスイッチON！無理なく楽しく動いて、
心もカラダも軽やかにスタートしましょう！

【ZUMBA®】
音楽に合わせて楽しくカラダを動かそう！
ZUMBAは、ラテン系を中心とした音楽に合わせて踊る、
初心者でも楽しめるダンスフィットネスです。みんなで楽し
く、気持ちよく汗をかきましょう！

SUR DE WAVEによるフリースタイルフットボール
パフォーマンスショー&体験会



あらびき団ややべっちFC、うちゅ銀行やアウエリアスの
TV CMなど多数のメディアに出演。
大道芸ワールドカップやJリーグハーフタイム、
東京ディズニーランドのステージにも出演し、
2016年には動画コンテストでサッカーブラジル代表ネイ
マール選手に1位に選ばれる。
現在は日本を代表するフリースタイルフットボールチーム
として各地で活躍中。



松ノ木運動場



世界で戦った
熊谷宗敏氏によるテニス教室
技術やメンタルについて学ぼう！

昨年大好評！！



くまがえむねとし
熊谷宗敏
テニスコーチ

14歳以下日本代表に錦織圭と共に選抜され世界大会で2位を記録。
高校はオーストラリアのメルボルンに留学後、全豪オープンジュニ
アに出場。
その後は関西の大学に進学し、関西学生で1位、日本学生ランキング
は最高5位を記録する。社会人としては（株）リコーに実業団選手と
して入社し、全日本選手権に単独出場。日本リーグでは最優秀新人
賞を受賞する。
現役引退後はテニスコーチとして幅広い年代にレッスンを行う。技
術指導以外にもメンタル面からのアプローチを取り入れ、選手のバ
フォーマンス向上に繋げる。

10/12

(月・祝)

CHECK!!



3施設共通HP

TAC杉並区永福体育館
開催時間 9:00~21:00
〒168-0064 杉並区永福1-7-6
TEL 03-3328-3146

【アクセス】
●京王線「下高井戸駅」から徒歩8分
●京王線の路線「永福町駅」から徒歩10分
●京王線の路線「浜田山駅南」から南北バス
すき丸（さくら路線）「京王線下高井戸駅」行
きに乗り、「下高井戸駅入口」下車。徒歩5分

【注意】駐車場はありません。
公共交通機関または自転車でお越しください。

下高井戸運動場/区民集会所
開催時間 9:00~21:00
〒168-0073 杉並区下高井戸3-26-1
TEL (運動場) 03-5374-6191
(集会所) 03-5374-6192

【アクセス】
●京王線「桜上水駅」から徒歩8分
●京王線の路線「西永福駅」から徒歩10分

【注意】公共交通機関または自転車でお越しください。

松ノ木運動場
開催時間 9:00~21:00
〒166-0014 杉並区松ノ木1-3-22
TEL 03-3311-7410

【アクセス】
●京王線の路線「永福町駅」駅から関東・京王バ
ス「新高井駅(新02)」または「高井戸駅(高
45)」行きに乗り「都立和田堀公園」下車徒歩1分
●JR中央本線「高井戸駅」駅から関東・京王バス
「永福町駅(高45)」行きに乗り「都立和田堀公
園」下車徒歩1分
●東京メトロ丸の内線「新高井駅」駅から関東・
京王バス「永福町駅(新02または高45)」行きに
乗り「都立和田堀公園」下車徒歩1分

2026 スポーツフェスティバル in 永福/下高/松ノ木 10/12(月・祝)

TAC杉並区永福体育館 タイムスケジュール

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
ビーチコート		ビーチバレーボール 9:00～11:30		子どもタイム ビーチであそぼう! 11:30～12:50		ビーチテニス 13:00～15:00		子どもタイム ビーチであそぼう! 15:00～16:50	ビーチサッカー 16:00～18:00
1F 体育館	カラダ・スイッチ 9:00～9:30	ZUMBA® 9:40～10:20	フリースタイルフットボール 10:30～12:00		エアフアパーク 13:30～16:00				
1F エントランスホール		e-sports パーチャルサイクリング 10:30～12:00	アスリートネイル体験コーナー 10:00～12:00		e-sports パーチャルサイクリング 13:30～16:30		アスリートネイル体験コーナー 13:30～16:30		
2F 小体育室1		スクエアポッチャ体験 10:30～12:00		フェイスベント 10:00～16:00		スクエアポッチャ体験 13:00～16:30			
2F トレーニングルーム		★TRX体験 10:00～12:00		★終日無料 9:00～20:50		★TRX体験 14:00～16:00			
3F 小体育室2		VRアトラクション 10:30～12:00			VRアトラクション 13:00～16:30				
3F 会議室1		食遊びの部屋 10:00～12:00			食遊びの部屋 13:00～16:30				
おむすけ登場! ※変更になることも ございます		館内	館内	館内	館内	館内	館内	館内	館内
SUNABA Cafe					SUNABA Cafe 11:00～16:00				
ピロティ (正面入り口前)		ボールウォーキング体験 10:30～10:50	ボールウォーキング体験 11:30～11:50	ボールウォーキング体験 11:30～12:20		健康測定会 13:00～16:00			
		健康測定会 10:00～12:00	健康測定会 10:00～12:00	健康測定会 10:00～12:00		健康測定会 13:00～16:00			
		キッズサッカー 10:00～15:00	キッズサッカー 10:00～15:00	キッズサッカー 10:00～15:00		キッズサッカー 10:00～15:00			

靴袋
室内シューズ
を持てきてね!

松ノ木運動場 タイムスケジュール

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00
野球場	東京ヤクルトスワローズ親子野球体験 10:00～10:40 10:40～11:10		親子野球体験 11:30～12:20								
テニスコート 1番～4番				テニスコート1番～4番 無料貸出 9:00～19:00							
テニスコート 5～6番		アレイ&ステイテニス教室 10:00～10:15 10:15～10:30									
イベントスペース (駐車場・ロビー)		フリーカルチャー体験ゾーン 10:00～15:00		健康測定会 10:00～12:00		健康測定会 13:00～16:00		健康測定会 15:00～16:00		健康測定会 17:30～18:30	
松ノ木運動場内		ドッグラン写真展 9:00～18:00		ドッグラン写真展 9:00～18:00		ドッグラン写真展 9:00～18:00		ドッグラン写真展 9:00～18:00		ドッグラン写真展 9:00～18:00	
		ノルディックウォーキング体験 11:30～13:00									

プレイ&ステイテニス教室
時間/10:00～10:15 10:15～10:30 10:30～10:45
対象/各16組(32名)
場所/テニスコート
対象/1歳未満児(年中・年長)と保護者
親子でテニス体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニテニス教室です。

事前
東京ヤクルトスワローズ親子野球体験
時間/10:00～10:40 10:40～11:10
対象/各30組(60名) 場所/野球場
対象/1歳未満児(年中・年長)と保護者
親子で野球体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニ野球教室です。

事前
親子サッカー教室
時間/14:00～14:45
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/年少・年中と保護者
親子でサッカー体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニサッカー教室です。

事前
小学生サッカー
時間/15:00～16:00
対象/各20名 場所/野球場
対象/小学1～3年生
サッカーを体験してみよう!!
指導担当: FC東京普及部コーチ

事前
ドッジボールをしよう
時間/11:30～12:20 12:20～13:10 13:10～14:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/小学1～3年生と保護者
親子でドッジボール体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

事前
ドッグラン写真展
時間/9:00～18:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/各15組(30名) 場所/野球場
親子でドッジボール体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

事前
フリーカルチャー体験ゾーン
時間/10:00～15:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/各15組(30名) 場所/野球場
親子でドッジボール体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

事前
ノルディックウォーキング体験
時間/11:30～13:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/各15組(30名) 場所/野球場
親子でドッジボール体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

事前
ドッグラン写真展
時間/9:00～18:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/各15組(30名) 場所/野球場
親子でドッジボール体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

下高井戸運動場/区民集会所 タイムスケジュール

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
運動場A	おおぞら太極拳 10:00～10:30		おおぞら太極拳 11:00～11:30		自由に遊ぼう! ボールひろば 13:00～14:30				
運動場B		親子サッカー教室 10:00～10:45	小学生サッカー教室 11:00～12:00		クリケット体験教室 13:00～14:30				
体育室		ふわふわ遊具 10:00～12:00			ふわふわ遊具 13:00～15:00				
体育室半面 集合室・1Fロビー									

親子サッカー教室
時間/10:00～10:45
対象/各15組(30名) 場所/運動場B
対象/年少・年中と保護者
親子でサッカー体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニサッカー教室です。

事前
小学生サッカー教室
時間/11:00～12:00
対象/各20名 場所/運動場B
対象/小学1～3年生
サッカーを体験してみよう!!
指導担当: FC東京普及部コーチ

事前
クリケット体験教室
時間/13:00～14:30
対象/各15組(30名) 場所/運動場B
対象/小学1～3年生と保護者
親子でクリケット体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

事前
自由に遊ぼう! ボールひろば
時間/13:00～14:30
対象/各15組(30名) 場所/運動場B
対象/小学1～3年生と保護者
親子でドッジボール体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

事前
ふわふわ遊具
時間/10:00～12:00 13:00～15:00
対象/各15組(30名) 場所/運動場B
対象/小学1～3年生と保護者
親子でドッジボール体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

事前
健康測定会
時間/10:00～12:00 13:00～15:00
対象/各15組(30名) 場所/運動場B
対象/小学1～3年生と保護者
親子でドッジボール体験! 公園でなかなか
できないボール遊びを親子で楽しもう!!
小学生はドッジボール好き集まれ!!

SUNABA Café
営業時間 11:00～16:00
■DRINK
・コーヒー (HOT・COLD) 150円
・パン 80円
■FOOD
・おむすけ弁当 650円
・パンエッグPukuのパン 100円
・パンエッグPukuのパン 200円
※なくなり次第終了
【決済方法】 現金のみ(税込価格)
※画像はイメージです

ビーチバレーボール
時間/9:00～11:30
対象/各40名程度
対象/各40名程度
親子でバレーボール体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニバレーボール教室です。

事前
ビーチテニス
時間/13:00～15:00
対象/各25名程度
対象/各25名程度
親子でテニス体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニテニス教室です。

事前
ビーチサッカー
時間/16:00～18:00
対象/各40名程度
対象/各40名程度
親子でサッカー体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニサッカー教室です。

事前
アスリートネイル体験コーナー
時間/10:00～12:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/小学1～3年生と保護者
親子でアスリートネイル体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニアスリートネイル体験コーナーです。

事前
e-sports パーチャルサイクリング
時間/10:00～12:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/小学1～3年生と保護者
親子でe-sports体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニe-sports体験コーナーです。

事前
VRアトラクション
時間/10:00～12:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/小学1～3年生と保護者
親子でVRアトラクション体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニVRアトラクション体験コーナーです。

事前
スクエアポッチャ体験
時間/10:00～12:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/小学1～3年生と保護者
親子でスクエアポッチャ体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニスクエアポッチャ体験コーナーです。

事前
ボールウォーキング体験
時間/10:00～12:00
対象/各15組(30名) 場所/野球場
対象/小学1～3年生と保護者
親子でボールウォーキング体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニボールウォーキング体験コーナーです。

事前
健康測定会
時間/10:00～12:00 13:00～15:00
対象/各15組(30名) 場所/運動場B
対象/小学1～3年生と保護者
親子で健康測定会体験! 親子に必要な
親子で参加できるミニミニ健康測定会体験コーナーです。

事前申込

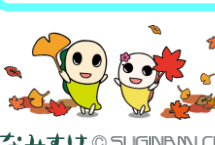
▼お申込みはこちら▼

申込方法

随時参加

1次申込期間 9月21日(月)9:00～9月27日(日)21:00まで
※杉並区在住・在勤・在学・在国の方のみ
※区外の方のお申込みは自動でキャンセル扱いとなりますのでご了承ください。

2次申込期間: 10月1日(木)9:00～10月11日(日)12:00まで
※1次申込で定員に達したプログラムはキャンセル待ちとなります。
※杉並区外の方もお申込みいただけます。



当日、開催施設に直接お越しください! 開催時間に随時ご参加いただけます。
人気のプログラムは混雑する可能性もございますので予めご了承ください。

開催施設、時間を確認の上、お間違いないようご来場ください。開催時間内に何度でもご参加いただけます。

事前申込 で当日空きがあれば開始20分前より先着順で当日参加の受付をいたします。