

「真」の楽しさが
ここにある！
みんなと一緒に
武道で遊ぼう！！

武道体験・武道稽古

柔道、剣道、弓道、空手道、なぎなた など

スポーツ体験

誰でも気軽に楽しめる
スポーツレクリエーション種目など実施！

東京武道館 スポーツの日記念イベント2020

武道・スポーツ フェスティバル

10/11日

開館 9:00 ~ 入場無料

卓球・バドミントン体験

ミニゲームで卓球、バドミントンの魅力や
楽しさに触れる！

武道演武発表会

普段はなかなか観られない、
武道演武は必見！

観覧
自由

みんなで笑おう！
お笑いライブ



エイトブリッジ (お笑い芸人)

今年元日放送の日本テレビ
「ぐるナイおもじろ荘」で優勝
今注目のお笑いコンビ

まつもと かつとみ
松本 薫

2012年
ロンドン五輪
女子柔道
金メダリスト

スペシャル ゲスト



楽しいコンテンツを
ご用意！

ふわふわ遊具



アーチェリー

ラビット スライダー

トレーニングルーム 無料開放



ご案内

新型コロナウイルス
感染症対策へのご協力を
お願いします

JR常磐線、
東京メトロ千代田線
「綾瀬」駅東口
より徒歩 5分
※東口エレベーターあり



持ち物

室内用 運動靴

※館内土足厳禁

※施設無料開放は20:00(最終入場19:15)までとさせていただきます。
※イベント内容は都合により、予告なく変更となる場合がございますので、ご了承ください。

主催 / 会場

東京武道館

〒120-0005
東京都足立区綾瀬 3-20-1
<https://www.tef.or.jp/tb/>

お問い合わせ

東京武道館
☎03-5697-2111
トレーニングルーム
☎03-5682-3531



武道・スポーツフェスティバル

1 武道演武発表会

● 場所 / 大武道場 ● 時間 / 10:00~11:00

観覧自由 普段なかなか観ることのできない武道の演武です!

3 弓道公開指導 **事前申込**

● 場所 / 近の場 ● 時間 / 10:30~13:00

子供も大人も皆で弓道を体験しよう!	(対象) 弓道経験者	(内容) 弓道の実技指導等	(持ち物) 稽古着または運動着、足袋または白靴下	(参加料) 無料	定員 30名
-------------------	------------	---------------	--------------------------	----------	---------------

◆下記のアドレス宛にてメールでお申し込みください。◆詳細はHPでご確認ください。

お問い合わせ 東京武道館 サービス担当 ▶▶ budou-k@tef.or.jp ☎03-5697-2111

2 特別ステージ&スポーツ体験コーナー

● 場所 / 大武道場 ● 時間 / 12:00~15:00

特別ステージ

- お笑い芸人 **エイトブリッジ お笑いライブ** 12:15~12:30
- メガリスト **松本 薫 トークショー** 12:30~13:00
- メガリスト **松本 薫 柔道体験** 13:10~13:40

スポーツ体験コーナー

- ブラインドサッカー
- ターゲットバードゴルフ
- ボッチャ
- ラダーゲッター

==== 様々なスポーツにチャレンジしよう! ====

9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
中央前広場 ● ラビットスライダー ● アーチエリー						卓球アトラクション ● バドミントン *雨天時は一部プログラムを変更する場合がございます。					
大武道場 1 武道演武発表会 10:00~11:00	受付				2 特別ステージ ● 松本 薫 ● エイトブリッジ スポーツ体験コーナー 12:00~15:00	受付	剣道広域特別稽古【経験者】 16:00~17:30		卓球&バドミントン 施設無料開放 18:00~20:00	施設無料開放は最終入場19:15まで	
第一武道場 昔遊び 10:00~13:00				受付	柔道公開指導 14:00~16:00 松本 薫 特別稽古もあります				施設無料開放 17:00~20:00		
第二武道場 受付		なぎなた公開指導 11:00~13:00		受付	事前申込 空手公開指導【経験者】 14:00~16:00				施設無料開放 17:00~20:00		
弓道場 受付		3 事前申込 弓道公開指導【経験者】 10:30~13:00		受付	弓道体験 【15歳以上、中学生を除く】 14:00~16:00				施設無料開放 【当館発行の認定証保有者】 17:00~20:00		

ティップネスプログラム【15歳(高校生相当)以上】

大研教室 楽しいフラダンス & 姿勢調整ストレッチ 【初元・初級者】 10:00~11:15	はじめてでも楽しい!!! カンフー&太極拳 【初元・初級者】 11:45~13:00	はじめてボクシング体験 【初元・初級者】 13:30~14:30	からだほくしヨガ 【初元・初級者】 15:00~16:15	はじめてステップ & ストレッチ 【初元・初級者】 16:45~17:30
---	---	--	-------------------------------------	---

施設無料開放 9:00~20:00(最終入場 19:15まで)

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、マスクを着用のうえ来館・参加していただきますようお願いいたします。
 ※なお、入館の際は体調管理チェックシートのご提出が必要です。
 ※事前申込以外のプログラムのご予約は不要ですが、人数制限によりご参加いただけない場合がございます。
 ※全体プログラムで、対象者の記載がないプログラムはどなたでも参加できます。
 ※予告なくプログラム内容が変更になる場合があります。

持ち物

室内用運動靴
をお持ち下さい

