

スポーツ庁後援



# 第6回 全国速歩競技大会

花開く四月、  
挑戦の一歩



速歩アンバサダー  
仁平美香

4/11 2026  
大井ふ頭中央海浜  
公園陸上競技場  
09:00 ~ 16:00  
時間は競技によって異なります

## 出場者募集!

詳細は裏面または  
ウェブサイトをご覧ください





## 速歩競技大会

10000m、4000m  
1600m、400m、100m

「走らざる歩く」というシンプルなルールで歩く速さを競う競技会で、老若男女を問わず気軽に参加できます。



## 速歩体験レース

競技場で成瀬会長と歩こう

「速歩は興味があるけど、競技会はハードルが高いな」と感じている方、まずは体験レースに参加してみてはいかがでしょうか。



## 男女混合リレー

400m×4名

競技大会の最後に恒例の「男女混合リレー」を行います。競技大会にエントリーしている方であれば、どなたでも自由に参加できます。



## 速歩競技大会

100m～10000m

### 1人1種目 3,000円

速歩体験レース、男女混合リレーへの参加料金含む

年齢16歳以上

複数種目エントリー(申込)可  
競技種目により制限タイムがあります。

こちらのお申込みで、さらに  
(02)速歩体験レース  
(03)男女混合リレー  
どちらも自由に参加できます。



### 競技スケジュール 種目 競技開始予定時刻

①10000m	09:05
②4000m	10:50
③1600m	11:40
④400m	13:55
⑤100m	14:45

時刻は進行状況等により  
多少変更する場合があります



## 速歩体験レース

競技場で成瀬会長と歩こう

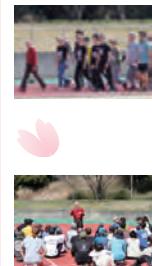
1,500円 (15歳以下無料 ※注)

公式競技を行う  
陸上競技場で  
こんな体験ができる!



12:10開始予定  
45分間程度

- ①成瀬会長の速歩デモンストレーション
- ②トラックを周りながら速歩体験
- ③100m体験レース (タイム計測付)
- ④質疑応答



## 男女混合リレー

400m×4名

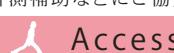
「(01)速歩競技大会」にエントリーしている方であればどなたでも自由に参加できます。



## お申込みはこちら

イー・モシコムWEBフォームから

QRコードを読み取って、お申込ください



## 会場 大井ふ頭中央海浜公園陸上競技場

東京都品川区八潮4丁目1-19

JR 線品川駅 (東口) より

都営バス「品91系統」「八潮南」下車徒歩6分

大井町駅 (東口) より

都営バス「井92系統」「八潮南」下車徒歩6分

大森駅 (東口) より

京急バス「森22系統」「中央公園」下車徒歩5分

京浜急行線 大森海岸駅 より

京急バス「森22系統」「中央公園」下車徒歩5分

東京モノレール 大井競馬場前 下車徒歩8分

賛同者 (敬称略・五十音順)

角川 春樹 (株式会社 角川春樹事務所 代表取締役社長) / 小久保 裕紀 (元侍ジャパン代表監督) / 小比類巻 貴之 (格闘家)  
今野 敏 (作家) / 苦米地 英人 (認知科学者) / 前田 日明 (リングスCEO)

後援 スポーツ庁 / 株式会社サイゾー / 株式会社パッショングロンティア / 株式会社BABジャパン  
PANCRASE実行委員会 / シンプルヨーガ / 成瀬ヨーガグループ