

Enjoy RUN 2026

マラソン・ランニングを通じて
楽しみながら健康に!!

11月23日(月・祝)

開催地 江東区 夢の島競技場

JR京葉線、東京メトロ有楽町線、
りんかい線「新木場」駅より徒歩5分

※イベントの実施内容については変更になる場合がございます。

親子でチャレンジ!笑顔でゴール!

親子ラン



お子さまの
年齢に応じた
3コース



完走証が
もらえる



応援に来た方も
参加できます!

初心者必見!楽しく走り方を学ぼう!

RUNクリニック

講師
猫ひろし氏



ランニングを
始めたい方や
初心者にも
最適!



ゴールまでたすきを繋げ!

リレーマラソン



チームを組んで
ゴールを目指せ!



他にも様々なブースやイベントを同時開催!!

うきうき
アーチェリー

浮かんでいるボールを撃ち落とすゲーム。子どもから大人まで年齢問わずチャレンジできます。



ランニング
シューズ試履会
(予定)

新商品のランニングシューズが試着可能。メーカー担当者からアドバイスを受けることもできます。



MC
朝妻久美
フリーアナウンサー



東振協「いきいき健康づくり2026」事務局

URL <https://www.toshinkyo.or.jp/event/>

電話 03-6803-0992 (平日10:00~16:00) 9月1日(火)より



主催: 一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会
共催: 江東スポーツ施設運営パートナーズ
後援: 株式会社 スポーツニッポン新聞社/江東区 (予定)
運営: 株式会社 スポニチプライム

Enjoy RUN 2026



開催期間

11/23 月祝

マラソン・ランニングを通じて、楽しみながら健康づくりができるイベントです。

初心者から経験者まで、一人でも家族やグループでも参加できる多彩なメニューで開催します。

3メニューの
同時エントリーも可能!

リレーマラソン

開始時間 13:00
募集人数 400名

周回数や走行順は自由!
同僚や友人、家族とチームを
組んで、たすきを繋いでゴール
を目指そう!



チームに合わせて距離をセレクト!

5kmの部

[トラック+外周路] × 5周

構成 1チーム 1~5名

募集人数 50名

10kmの部

[トラック+外周路] × 10周

構成 1チーム 2~8名

募集人数 150名

20kmの部

[トラック+外周路] × 20周

構成 1チーム 2~8名

募集人数 200名

周回数や走る順番は自由に設定可能!

例えば

10kmの部(10周)に
6名で参加する場合

- ・4名は2周、2名は1周
- ・2名は3周、4名は1周 など

5kmの部(5周)に
3名で参加する場合

- ・2名は2周、1名は1周
- ・1名は3周、2名は1周 など

プログラム

10:00~

親子ラン

11:00~

RUN クリニック

13:00~

リレーマラソン

開催地

江東区 夢の島競技場

JR京葉線、東京メトロ有楽町線、
りんかい線「新木場」駅より徒歩5分



親子ラン RUNクリニック トラックのみ
リレーマラソン トラック + 外周路

親子ラン

開始時間 10:00
募集人数 50組100名

未就学児、小学生を対象に年
齢に応じた3コースをご用意し
ました!
お子様のペースに合わせて、最
後は手をつないでゴールしま
しょう!



未就学児(3~6歳)の部

距離 トラック半周(約200m)

構成 親1名+子1名

小学1~3年生の部

距離 トラック1周(約400m)

構成 親1名+子1名

小学4~6年生の部

距離 トラック2周(約800m)

構成 親1名+子1名

RUN クリニック

開始時間 11:00
募集人数 100名

健康づくりや身体を動かしたい
ランニング初心者の方は必見!
猫ひろしさんを講師に迎え、
走り方を楽しく学べます!



タイムスケジュール(仮)

11:00~

準備運動

走り方クリニック

実践ラン

クールダウン・質疑応答

12:00

終了



講師 猫ひろし氏

フタバ本舗所属
2016年リオ五輪/カンボジア代表
ベストタイムは2時間27分02秒
(東京マラソン2023)

サブイベントを
同時開催

ランニング
シューズ
試履会(予定)



うきうき
アーチェリー



MC 朝妻久実
フリーアナウンサー

主催:一般社団法人 東京都総合組合保健施設振興協会
後援:株式会社 スポーツニッポン新聞社/江東区(予定)

共催:江東スポーツ施設運営パートナーズ
運営:株式会社 スポニチプライム