

# みんなのスポーツイベント

2023年 7月号

## スポーツをしよう!!

### ノルディックウォーキング体験会

2023年7月9日(日)開催  
10:00~12:00

- 会場 / 大進建設スポーツ広場(青森市スポーツ広場) ※受付:管理棟前
- 参加費 / 500円(保険、資料)
- 主催 / 青森県ノルディックウォーキング協会

ポールを使って四足で歩くノルディックウォーキング。運動不足で衰えた筋肉、背筋、心肺機能を鍛え、生活習慣予防にも効果的な新しいウォーキングスタイルを体験しませんか



※ポールレンタル有り  
※運動しやすい服装を体験しませんか

お申込みは、7/8(土)までにABのいずれかの方法で。  
A / TEL [090-2360-9045]  
B / Eメール [qqdu8kx9k@poem.ocn.ne.jp]  
青森県ノルディックウォーキング協会事務局 担当:高井

**第2回U-15 青森ジュニアユース サッカーフェスティバル**  
2023.7.25-28  
※詳細はHPでご確認ください  
<https://aomori.oneall2013.co.jp/>

## 試合を見に行こう!

### ホーム戦の応援よろしくお願いします!

*Rein Meer Aomori FC*

- ★7月 9日(日) 14:30~ 新青森県総合運動公園球技場(青森市) HondaFC 戦
- ★7月15日(土) 15:00~ カクヒログループ アスレチックスタジアム(青森市) クリアソン新宿 戦
- ★7月23日(日) 15:00~ 新青森県総合運動公園球技場(青森市) 高知ユナイテッドSC 戦
- ★7月30日(日) 15:00~ カクヒログループ アスレチックスタジアム(青森市) ミネベアミツミFC 戦

■ホーム戦のチケットの購入、試合の実施については、ラインメール青森FC [Tel: 017-729-0411] のHP(<https://reinmeer-aomori.jp/>)で、ご確認ください。

## AOMORI WAT'S 青森ワッツ

### 青森ワッツチアスクール生徒募集中! 無料体験・見学は随時受付中!!

青森ワッツチアスクールでは、チアダンスの普及と共に、チアリーダーに必要な「笑顔と元気を届ける」気持ちをたくさんのお子たちに伝え、青森県全体を盛り上げていくことを目的にチアダンスの基礎はもちろん、試合会場を盛り上げられるようなパフォーマンスの練習を行っています。初心者大歓迎。無料体験・見学も随時受付していますのでお気軽にお問い合わせください。

■青森ワッツチアスクールについては、HP(<https://aomori-wats.jp/academy/cheer-school/>)でご確認ください。お問合せは、青森ワッツチアスクール事務局 Eメール(cheer@aomori-wats.com)

## スポーツを体験しよう!!

直接開催施設に来館し、お申込みください。  
※はがきや電話での申し込みは出来ませんので、ご注意ください。

ダイシंपースポールスタジアム (青森市宮野球場)  
TEL:017-743-3361

**野球** 申込受付はカクヒログループが受付けています  
募集開始 7/1(土)~ ※申込順  
小学生野球教室(全2回)  
小学2~6年生/50名  
1,000円  
7/25(火)・26(水)  
(10:00~12:00)

カクヒログループスタジアム (青森市民体育館)  
TEL:017-743-3361

**卓球** 募集開始 7/2(日)~ ※申込順  
親子卓球教室  
小中学生親子/10組20名程度  
2,000円  
※子1人追加毎1,000円  
7/24(月)~28(金)  
(18:30~20:30)

**卓球** 募集開始 7/2(日)~ ※申込順  
親子ふれあいマッチ  
小中学生と保護者/30組  
1,600円  
※子1人追加毎800円  
8/6(日)  
(9:30~16:00)

みちぎんどリームスタジアム (青森市スポーツ会館)  
TEL:017-765-6200

**サッカー** 募集開始 7/1(土)~ ※申込順  
小学生サッカー教室(全2回)  
小学2~6年生/50名  
1,000円  
7/27(木)~28(金)  
(10:00~12:00)

**水泳** 18歳以上  
水中運動教室(月)(全11回)  
18歳以上/20名  
5,500円  
9/4~12/11の月曜  
※9/18、10/9・16、11/20を除く  
(10:00~11:00)

**水泳** 50歳以上  
中高齢水泳教室(月)(全11回)  
50歳以上/30名  
5,500円  
9/4~12/11の月曜  
※9/18、10/9・16、11/20を除く  
(13:00~15:00)

青森市民室内プール TEL:017-743-3440

●募集開始 7/1(土)~7(金)  
9:30~19:00  
●抽選結果 プール入口掲示  
7/10(月) 9:30~  
●当選の方は、下記期間に各受講料を市民プールまで。  
7/10(月)~14(金)9:30~19:00  
※ご連絡がない・受講料未納の場合キャンセルとなります。

**水泳** 小学生  
小学生水泳教室(火)(全13回)  
小学生1~6年生/25名  
6,500円  
9/5~12/5の火曜  
※9/19を除く  
(15:30~17:30)

**水泳** 幼児  
幼児水泳教室(水)(全15回)  
9/6で3~6歳(未就学児)/40名  
5,400円  
9/6~12/13の水曜  
(15:30~16:30)

**水泳** 18歳以上  
一般水泳教室(火)(全13回)  
18歳以上/30名  
6,500円  
9/5~12/5の火曜  
※9/19を除く  
(10:00~12:00)

**水泳** 18歳以上  
水中運動教室(月)(全11回)  
18歳以上/20名  
5,500円  
9/4~12/11の月曜  
※9/18、10/9・16、11/20を除く  
(10:00~11:00)

**水泳** 18歳以上  
水中運動教室(金)(全15回)  
18歳以上/20名  
7,500円  
9/1~12/15の金曜  
※11/3を除く  
(10:00~11:00)

**水泳** 50歳以上  
中高齢水泳教室(火)(全13回)  
50歳以上/30名  
6,500円  
9/5~12/5の火曜  
※9/19を除く  
(13:00~15:00)

**水泳** 小学生  
小学生水泳教室I(土)(全14回)  
小学生1~6年生/25名  
7,000円  
9/2~12/9の土曜  
※9/23を除く  
(13:00~15:00)

**水泳** 小学生  
小学生水泳教室(木)(全14回)  
小学生1~6年生/25名  
7,000円  
9/7~12/14の木曜  
※11/23を除く  
(15:30~17:30)

**水泳** 障害者  
知的障がい児者水泳教室(土)(全12回)  
小学生以上の知的障がいのある方と20歳以上の付添いの方  
10組 / 4,320円  
9/2~11/25の土曜  
※9/23を除く  
(11:00~12:00)

**水泳** 15歳以上  
一般水泳教室(土)(全13回)  
15歳以上/25名  
6,500円  
9/9~12/16の土曜  
※9/16・23を除く  
(18:30~20:30)

**水泳** 18歳以上  
水中フィットネス(木)(全13回)  
18歳以上/50名  
9,750円  
9/14~12/14の木曜  
※11/23を除く  
(10:00~12:00)

**水泳** 50歳以上  
中高齢水泳教室(火)(全13回)  
50歳以上/30名  
6,500円  
9/5~12/5の火曜  
※9/19を除く  
(13:00~15:00)

**水泳** 小学生  
小学生水泳教室II(土)(全14回)  
小学生1~6年生/40名  
7,000円  
9/2~12/9の土曜  
※9/23を除く  
(15:30~17:30)

**水泳** 小学生  
小学生水泳教室(金)(全15回)  
小学生1~6年生/25名  
7,500円  
9/1~12/15の金曜  
※11/3を除く  
(18:30~20:30)

**水泳** 障害者  
身体障がい者教室(運動・水泳)(土)(全12回)  
中学生以上の身体障がいのある方で自立歩行が可能な方(付添い可)  
10名 / 4,320円  
9/2~11/25の土曜  
※9/23を除く  
(10:00~11:00)

**水泳** 18歳以上  
初心者水泳教室(月)(全11回)  
18歳以上/20名  
4泳法のいずれか25泳げない方  
5,500円  
9/4~12/11の月曜  
※9/18、10/9・16、11/20を除く  
(15:30~17:30)

**水泳** 18歳以上  
水中フィットネス(木)(全13回)  
18歳以上/50名  
9,750円  
9/14~12/14の木曜  
※11/23を除く  
(10:00~12:00)

**水泳** 50歳以上  
中高齢水泳教室(金)(全15回)  
50歳以上/25名  
7,500円  
9/1~12/15の金曜  
※11/3を除く  
(13:00~15:00)