

みんなのスポーツイベント

2025年 11月号

スポーツを体験しよう!!

青森市民室内プール TEL:017-743-3440

オカでんアリーナ(青森市スポーツ会館)
TEL. 017-765-6200

盛運輸サンドーム(青森市屋内グラウンド)
TEL:017-729-3106

水泳

申込期間 各申込開始日～12/7(日)
受付時間 9:30～19:00
《各教室の申込開始日》申込開始日のみ12:00～受付
◎小学生・幼児: 11/19(水)12:00～
◎水中フィットネス・初級中級: 11/20(木)12:00～
◎一般・初心者: 11/21(金)12:00～
※プールへ直接来館のみの申し込みとなります。
申込順のため料金をご持参の上ご来館ください。

初級水中運動教室(月)
(全8回)
18歳以上/40名
4,000円
R8.1/5～3/9の月曜
(1/19・2/16は除く)
10:00～11:00

中級水中運動教室(金)
(全10回)
18歳以上/40名
5,000円
R8.1/9～3/13の金曜
10:00～11:00

水中フィットネス(木)
(全10回)
18歳以上/50名
7,000円
R8.1/8～3/12の木曜
10:00～11:00

一般水泳教室(火)
(全10回)
18歳以上/40名
5,000円
R8.1/6～3/10の火曜
10:00～12:00

太極拳

太極拳教室
先着25名
月額3,000円、1回1,200円
11/2(日)、14(金)、29(土)
19:00～21:00

ヨガ

夜ヨガ教室
小学4年生以上
/先着 各15名
月額3,000円、1回1,200円
11/1、8、22(土)
1時間程度
19:00～女性限定クラス
20:10～どなたでも

野球

小学生野球教室
小学2～6年生 /20名
1回500円
11/6、20(木)
受付16:30～
開始17:00～19:00
11/25(火)
受付17:30～
開始18:00～20:00

スポーツ

スポーツ体験教室
5歳～小学生 /15名
1回600円
11/14、28(金)
受付16:30～
開始16:50～18:00

一般水泳教室(土)
(全10回)
15歳以上/20名
5,000円
R8.1/10～3/14の土曜
18:30～20:30

初級中級水泳教室(月)
(全8回)
18歳以上/40名
4,000円
R8.1/5～3/9の月曜
(1/19・2/16は除く)
13:00～15:00

初級中級水泳教室(火)
(全10回)
18歳以上/40名
5,000円
R8.1/6～3/10の火曜
13:00～15:00

初級中級水泳教室(金)
(全10回)
18歳以上/40名
5,000円
R8.1/9～3/13の金曜
13:00～15:00

初心者水泳教室(月)
(全8回)
18歳以上 /30名
※4泳法のいずれか25m泳げない方
4,000円
R8.1/5～3/9の月曜
(1/19・2/16は除く)
15:30～17:30

小学生水泳教室(木)
(全10回)
小学生/40名
5,000円
R8.1/8～3/12の木曜
15:30～17:30

モルック

モルック体験会
先着20名
※足し算、引き算ができる方
1回500円
11/3(月)、30(日)
12/7(日)、14(日)
13:00～15:00

カーリング

カーリング実技指導
小学4年生以上/
10名
個人利用券
11/25(火)
13:00～15:00
申込期間:11/1(土)～20(木)
※申込順

カクヒログループスーパーアリーナ(青森市総合体育館)
TEL:017-762-7105

リズム
体操

親子で楽しむハッピービクス
3歳以上の未就学児と保護者/25組50名
無料

①11/2(日) 12:30～13:15
②11/14(金) 16:30～17:15
③11/16(日) 10:00～10:45
④11/21(金) 16:30～17:15
⑤11/25(火) 16:30～17:15

こちらのQRコード
より詳細のご確認・
お申込みができます

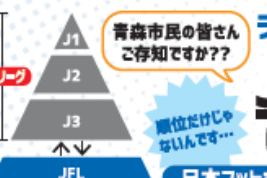
参加者にお菓子をプレゼント♪

場所:多目的室A
持ち物:タオル・飲み物、内履き、動きやすい服装で越してください

※申込開始日は各教室によって異なりますのでご注意ください。また、申込順のため定員になり次第受付終了となります。

残り2試合で

4,702
人が必要!



ラインメール青森が
J3昇格
に必要なこと
日本フットボールリーグ ←今ココ!!

現在の入場者数
25,298人/30,000人
※10/25(土) 試合終了時点

ラインメール青森FCは10月25日時点で3位に位置しています! 念願のJリーグ昇格まであと一歩!
Jリーグ昇格には順位だけでなく、「1試合平均2,000人以上の来場者数」が昇格への必要な条件です。
シーズン残り4試合! ぜひご家族、ご友人と一緒にスタジアムで応援しましょう!

★11月 9日(日) 13:00～ カクヒログループアスレチックスタジアム(青森市) 飛鳥FC 戦
★11月 16日(日) 13:00～ カクヒログループアスレチックスタジアム(青森市) ヴェルスパ大分 戦
■ホーム戦の詳細については、ラインメール青森FCのHP(<https://reinmeer-aomori.jp>)で、ご確認ください。



AOMORI WAT'S

青森ワッツ



シーズン開幕から約1ヵ月! 青炎を選手へ届けましょう!

シーズンが開幕して約1ヵ月がたちましたが、チームはまだ本来の力を発揮できずにいます。
しかしシーズンはまだ始まったばかりです! 11月は青森市での試合がありませんが、引き続きチームへ
“青炎”を届け、チームの巻き返しに期待しましょう!
応援のほどよろしくお願いいたします! GO! GO! WAT'S!

★11月15日(土)、16日(日) 15:05～ むつマエダアリーナ(むつ市) 横浜エクセレンス 戦
★11月22日(土)、23日(日) 15:05～ FLAT HACHINOHE(八戸市) 信州ヴァレウウォリアーズ 戦

■詳細は青森ワッツ公式サイト(<https://aomori-wats.jp/>)からご確認ください。



スポーツをしよう!!



スポーツ×テクノロジーの最前線 VRで速球を当てよう
未来型 野球教室

11月29日(土)、30日(日) 10:00～16:00

■対 象 / 小学生高学年から大人
■場 所 / カクヒログループアスレチックスタジアム
■参加費 / 無料
■申込方法 / HP(<https://www.catchoneverywhere.com/>)よりお申込みください。
■問合せ先 / E-mail[catchoneverywhere2025@gmail.com]

3次元カメラでの投球撮影・未来型走カトレーニング体験。初心者、野球以外のスポーツの方も大歓迎。
詳細はHPをご確認ください。



楽しいサッカーはじめてみませんか
「小・中学生サッカースクール」

11月3日(月/祝)～R8.3月28日(土)

※週2回程度開催、1回2時間程度。くわしくはHPをチェック!!

■対 象 / 小学生男女50名、中学生女子50名
■場 所 / 盛運輸サンドーム(青森市屋内グラウンド)
■参加費 / 4,000円(スポーツ傷害保険込み)
■申込方法 / 11/3(月)の開校式当日(受付9:00～9:30)に、
申込書と会費を持参の上、直接申し込みください。
■問合せ先 / 青森市サッカー協会事務局
TEL [017-744-0404]

※申込書はHP(<http://fa-aomori.sub.jp>)よりダウンロードしてください。



参加者募集!!
2026あおもり桜マラソン

2026年4月19日(日)
8:50～スタート
野木和公園～青い海公園
募集締切/2026年1月30日(金)



■フルマラソン (2,400名、18歳以上、7,000円)[制限時間 5時間30分]
■ハーフマラソン (1,500名、15歳以上、5,000円)[制限時間 3時間]
■10km (1,600名、15歳以上、3,000円)[制限時間 1時間20分]
※フルマラソン及びハーフマラソンは(公財)日本陸上競技連盟公認コースです。
※ゲストランナーは福士加代子さん!!

お申込みは、①インターネット ②郵便振替 ③電話[0570-039-846]で受付中。
詳しくはHP(<https://aomorisakuramarathon.com/>)をチェック!!
合わせてマラソンボランティアも募集中。

