



みんなのスポーツイベント

❄️ 2026年 2月号 ❄️



スポーツを体験しよう!!

※直接開催施設にお申込みください。

オカでんアリーナ(青森市スポーツ会館) TEL: 017-765-6200

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
2/8(日)、23(月)
3/1(日)、28(土)
13:00~15:00

太極拳

太極拳教室
先着25名
月額3,000円、1回1,200円
2/6、13、27(金)
19:00~21:00
※HPIに割引クーポン有

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
2/24(火)
13:00~15:00
申込締切:2/19(木)
※申込順

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
2/7、21、28(土)
1時間程度
19:00~女性限定クラス
20:10~どなたでも

詳細はHPを
ご確認ください。
※割引クーポン有



盛運輸サンドーム(青森市屋内グラウンド) TEL:017-729-3106

野球

小学生野球教室
小学2~6年生 /20名
1回500円
2/5、19(木)
受付16:30~
開始17:00~19:00

スポーツ

スポーツ体験教室
5歳~小学生 /15名
1回600円
2/13、27(金)
受付16:30~
開始16:50~18:00

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

エクササイズ

バランス能力を鍛えよう!
転倒予防に向けてのエクササイズ
当日参加OK / 無料

2/14(土)
10:00~11:30

場所:多目的室A
持ち物:内履き、動きやすい服装でお越しください

講師:篠原 博 教授
(青森県立保健大学 健康科学部 理学療法学科)

セミナー

60分で変化を実感 声からアンチエイジング
健康ツヤ声セミナー
先着20名 ※予約優先
1回1,000円

①2/5(木) 19:00~ ②2/14(土) 14:00~
③3/8(日) 10:00~ ④3/19(木) 19:00~
場所:マルチスペース 持ち物:飲み物
講師:ボイストレーナー 柿崎 有砂さん

歌・話し方・会話スキルをサポート!!

詳細はHPをご確認ください。
こちらからお申込みもできます。



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

2/5(木)、12(木)、17(火)、26(木)
16:30~17:15

場所:多目的室A
持ち物:タオル、飲み物、内履き、動きやすい服装でお越しください

参加者にお菓子をプレゼント♪

詳細はHPをご確認ください。
こちらからお申込みもできます。



スポーツをしよう!!



レスリングマットで楽しく遊ぼう
「幼児運動体験教室」

①2月8日(日) ②2月15日(日) ③2月22日(日)
9:00~10:00

■対象者 / 3歳~6歳 各回10名



レスリングで楽しく体を動かしてみよう!!
「レスリング体験教室」

①2月8日(日) ②2月15日(日) ③2月22日(日)
10:00~11:00

■対象者 / 3歳~小学3年生 10名

☆「幼児運動体験教室」「レスリング体験教室」共通事項☆

- 場 所 / オカでんアリーナ レスリング場
- 参加費 / 無料(スポーツ保険加入希望者は別途受付)
- 持ち物 / 上履き、飲み物、汗拭きタオル
動きやすい服装でお越しください。



- 申込方法
事前に、下記のいずれかの方法でお申込みください。
・TEL [090-4790-1241]
・Eメール[aomoriclubjr-wrestling@yahoo.ne.jp]
・インスタグラムDM[@acjwrestling]
青森市レスリング協会 担当:広瀬

実技指導を通してバタック競技の面白さを体験しよう!
「初心者向けバタック競技体験」

2月~3月の毎週火・木・土曜日
10:00~12:00

- 場 所 / オカでんアリーナ
- 参加費 / 無料
- 申込方法
各月の1日~5日頃までに下記へお申込みください。

TEL[090-7528-4690] 青森市バタック協会事務局

バタック競技とはビュットと呼ばれる
目標球に金属製のボールを投げ合い、
相手より近づけることで得点を競う
球技です。



AOMORI WAT'S

シーズン後半戦がスタート!!

巻き返しを図りたい青森ワッツはクラブ創設時のキャプテンで1月から就任した高岡ヘッドコーチ
を迎え後半戦、巻き返しを図ります!

ぜひ会場での応援をよろしくお願いします! Go! Go! WAT'S!!

2月 7日(土) 15:05~ 伊藤鉦業アリーナつがる(つがる市) 福井ブルーウィンズ 戦

2月 8日(日) 15:05~ 伊藤鉦業アリーナつがる(つがる市) 福井ブルーウィンズ 戦

2月21日(土) 15:05~ カクヒログループスーパーアリーナ(青森市) ヘルテックス静岡 戦

2月22日(日) 15:05~ カクヒログループスーパーアリーナ(青森市) ヘルテックス静岡 戦

2月21日(土) 15:05~ カクヒログループスーパーアリーナ(青森市) 福島ファイヤーボーイズ 戦

3月 1日(日) 15:05~ カクヒログループスーパーアリーナ(青森市) 福島ファイヤーボーイズ 戦

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



Rein Meer Aomori FC

ラインメール青森FCが所属するJFLはシーズン移行を行います!

例年とは違うスケジュールでシーズンが進みます。

まずはカップ戦で勢いをつけ、9月からのリーグ戦で悲願のJリーグ昇格を果たすため
全力で戦います! 今シーズンも熱い応援をよろしくお願いします。

🌐 JFLカップ(仮称) ※昇降格なし

【開幕戦】第1節 3/20(金)~【最終節】第7節 5/17(日)

【順位決定戦】第1戦5/30(土)または5/31(日)、第2戦6/7(日)

🌐 第28回 日本フットボールリーグ(JFL) ※昇降格あり

〈大会期間〉2026年9月上旬~2027年5月末 または6月上旬

■お問合せは、ラインメール青森FC [Tel: 017-729-0411] HP(<https://reinmeer-aomori.jp>)

