

みんなのスポーツイベント

2026年 8月号

スポーツを体験しよう!!

オカでんアリーナ(青森市スポーツ会館)
TEL: 017-765-6200

ヨガ

夜ヨガ教室

小学4年生以上/先着 各15名
月額2,000円、1回1,200円

8/8(土)、28(金)
1時間程度
19:00~女性限定クラス
20:10~どなたでも可

ヨガ

朝ヨガ教室

どなたでも可/先着 各20名
1回500円

8/19(水)
7:00~1時間程度

太極拳

太極拳教室

どなたでも可/先着25名
月額3,000円、1回1,200円

8/1(土)、21、28(金)
9/11、18、25(金)
18:30~20:30

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

8/8(土)、23(日)
9/12(土)、27(日)
13:00~15:00

運動

中高年齢運動塾

50代~70代の方/10名程度
※介護認定を受けていない方
2,000円

金曜日(月3回)
10:00~12:00

盛運輸サンドーム(青森市屋内グラウンド)
TEL: 017-729-3106

ジョグ&
ウォーク

ジョグ&ウォーク 記録に挑戦!

ジョギングコース利用者
年会費 200円(その他、別途利用料)
営業日の9:00~22:00

走行距離に応じて500km毎に賞状、
1000km毎に粗品を進呈致します。

ノビティ

キッズノビティ初級体験会

4~9歳
当日参加OK / 無料

8/22(土)
11:00~12:00

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

ノビティ

キッズノビティ(中級)

4~9歳
月額 3,000円
※事前申込必須

8/14、21、28(金)
16:00~17:00

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

ノビティ

キッズノビティ(上級)

4~9歳
月額 3,000円
※事前申込必須

8/14、21、28(金)
17:15~18:15

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

野球

小学生野球教室

小学2~6年生 / 20名
1回500円

8/25(火)
受付 17:30~
教室 18:00~20:00

トレーニング

夏場の体力維持と 下肢の機能向上トレーニング

当日参加OK / 1,000円

8/16(日)
10:00~12:00

場所: 多目的室A
持ち物: 内履き、動きやすい服装
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)

※キッズノビティ中級、
キッズノビティ上級の
お申込みはこちらから→



歌・話し方・会話スキルをサポート
「60分で変化を実感! 健康ツヤ声セミナー」

① 8月18日(火) 19:00~
② 8月29日(土) 10:00~

■定員 / 先着20名 ※予約優先
■場所 / カクヒログループスーパーアリーナ
マルチスペース
■参加費 / 1回 2,000円
■持ち物 / 飲み物
■講師 / ボイストレーナー 柿崎 有砂
■申込方法 / QRコード(申込フォーム)からお申込みください。
■問合せ先 / カクヒログループスーパーアリーナ
TEL [017-762-7105]

※年間スケジュールはQRコードからご覧ください



第5回青森ユース(U-18) サッカーフェスティバル

2026.8.18-21

場所: カクヒログループアスレチックスタジアムなど

全国の高校生世代の強豪チームが青森市に集結!!
全国トップレベルの試合をぜひご覧ください!
決勝戦は8/21(金)11:00~を予定しております。

海水浴を安全に楽しもう!

海水浴場でない場所で泳ぐのはやめましょう!

海水浴場以外で泳ぐのはとても危険です。監視員がいないため、
事故が起きてもすぐに助けをもらうことができません。海水浴に
出かけるときは、市町村が開設している海水浴場をご利用ください。

海の緊急ダイヤルは「118番」

海上保安庁 ウォーターセーフティガイド
(遊泳編)→

お問合せ先
青森海上保安部 交通課 017-734-2422



<青森市内の海水浴場はこちら>

◎ サンセットビーチあさむし

7/18(土)~8/23(日) 9:00~16:30
お問合せ先: (一社)浅虫温泉観光協会
017-752-3250

◎ 合浦海水浴場

7/22(水)~8/23(日) 9:00~16:30
お問合せ先: 市民室内プール
017-743-3440

◎ 油川ふるさと海岸海水浴場

7/25(土)~8/14(金) 9:00~16:00
お問合せ先: 油川連合町会 葛西
080-3724-4495



AOMORI WAT'S

新生青森ワッツ始動!

りそなグループ B.LEAGUE 2026-27シーズンは9月開幕!
青森市での最初の試合は11月7日、8日の山形ワイヴァンズ戦となります。
今シーズンもカクヒログループスーパーアリーナをメインに全30試合ホームゲームを開催予定!
平均入場者数2,000名以上を目指し、今シーズンからの新たなカテゴリー「B.ONE」で戦うチームへ
熱いご青炎をよろしくお願い致します!

<青森市 ホーム戦>

11/7(土) 18:05 TIPOFF
11/8(日) 15:05 TIPOFF VS山形ワイヴァンズ
会場: マエダアリーナ



■ 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 Jリーグ昇格へのシーズンがいよいよ開幕!

<ホーム開幕戦>

9月6日(日) 15:00 KICKOFF vs ジェイリースFC
新青森県総合運動公園球技場

Jリーグ昇格には、1試合平均観客動員数2,000人を達成する必要があります。

ホーム開幕戦、会場を青に染めましょう!

悲願のJ3昇格へ! 会場で選手たちに声援を送ってください。

皆様のご来場を心よりお待ちしております。

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

