

令和7年度 青森市総合体育館 1月行事予定表①

| 多目的室A |                   |                |             |                             |                |                 |    |    |    |    |    |    |    |                   |                      |                     |                     |                               |  |  |
|-------|-------------------|----------------|-------------|-----------------------------|----------------|-----------------|----|----|----|----|----|----|----|-------------------|----------------------|---------------------|---------------------|-------------------------------|--|--|
| 日     | 9                 | 10             | 11          | 12                          | 13             | 14              | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |                   |                      |                     |                     |                               |  |  |
| 1     | 休館日               |                |             |                             |                |                 |    |    |    |    |    |    |    |                   |                      |                     |                     |                               |  |  |
| 2     | 休館日               |                |             |                             |                |                 |    |    |    |    |    |    |    |                   |                      |                     |                     |                               |  |  |
| 3     | 休館日               |                |             |                             |                |                 |    |    |    |    |    |    |    |                   |                      |                     |                     |                               |  |  |
| 4     | 太極拳<br>日曜会        | UT<br>クラブ      | 県庁卓球        |                             | Bright<br>Yoga |                 |    |    |    |    |    |    |    | 太極拳<br>日曜会        | だるま会                 | HONEY<br>TRIX       |                     |                               |  |  |
| 5     | MASUMI<br>エアロダンス  | ワンコインプログラム     |             | こども空手道                      |                |                 |    |    |    |    |    |    |    | 月曜<br>クラブ         | M・M卓球<br>クラブ         |                     | スバンダ<br>ヨガ          |                               |  |  |
| 6     | ワンコインプログラム        |                | JJMIX       |                             | TTB            |                 |    |    |    |    |    |    |    | 合浦<br>クラブ         | わかば<br>卓球            |                     | 青森TL<br>クラブ         |                               |  |  |
| 7     | 青森市<br>LBクラブ      | ワンコイン<br>プログラム |             | 忍者ナイン<br>青い森セントラル<br>パーククラブ |                | 卓錬会             |    |    |    |    |    |    |    | 卓友会               | Eclair               | ベリー<br>ダンス<br>アリュール |                     | シャシヤンカ<br>ヨガ                  |  |  |
| 8     | MASUMI<br>エアロダンス  |                |             |                             |                | 青森卓愛会           |    |    |    |    |    |    |    | のばら<br>卓球<br>クラブ  | ミュキFIT<br>(音響使<br>用) |                     | アート<br>体操教室         | HONEY<br>TRIX                 |  |  |
| 9     | 青森市<br>ママさん<br>卓球 | ワンコイン<br>プログラム |             |                             |                | 青森ワッツ<br>チアスクール |    |    |    |    |    |    |    | 3Bサファイ<br>ア<br>25 | みんと                  |                     |                     | スバンダ<br>ヨガ                    |  |  |
| 10    | シャシヤンカ<br>ヨガ      | 凜轟             |             | こたけ<br>アスリー<br>ト<br>クラブ     |                | Bright<br>Yoga  |    |    |    |    |    |    |    | 県庁<br>卓球          | UT<br>クラブ            | Joker               | kaeko K-pop         | 青森スマッシュ                       |  |  |
| 11    | 剣道段位青森審査会         |                |             |                             | TTB            | Raiders         |    |    |    |    |    |    |    | こたけ<br>アスリー<br>ト  | 杉野森                  | kaeko<br>K-pop      | 青森県<br>剣道連盟<br>杖道部会 | 新国際<br>空手道連盟<br>戸原会館<br>青森同好会 |  |  |
| 12    | UT<br>クラブ         | ワンコイン<br>プログラム |             | こども空手道                      |                |                 |    |    |    |    |    |    |    | 月曜<br>クラブ         | 野呂                   | M・M卓球<br>クラブ        | こーた<br>エアロサーク<br>ル  | Raiders                       |  |  |
| 13    | 青森健康寿命<br>延伸会議    | 合浦<br>リズム      | ハッピー<br>ピクス | トミー<br>サッカー<br>クラブ          |                | つくし<br>卓球クラブ    |    |    |    |    |    |    |    | 合浦<br>クラブ         | わかば<br>卓球            |                     |                     | ミドル<br>エイチ                    |  |  |
| 14    | 青森市<br>LBクラブ      | ワンコイン<br>プログラム |             | 忍者ナイン<br>青い森セントラル<br>パーククラブ |                | 卓錬会             |    |    |    |    |    |    |    | 卓友会               |                      | ベリー<br>ダンス<br>アリュール |                     | 吉田空手教室                        |  |  |
| 15    | MASUMI<br>エアロダンス  | ワンコイン<br>プログラム |             | ハッピー<br>ピクス                 |                | 青森卓愛会           |    |    |    |    |    |    |    | のばら<br>卓球<br>クラブ  |                      |                     | アート<br>体操<br>教室     | 青森TL<br>クラブ                   |  |  |

  

| 多目的室B |            |    |    |    |    |    |    |    |                   |    |                      |                               |                     |                               |               |  |  |  |  |  |
|-------|------------|----|----|----|----|----|----|----|-------------------|----|----------------------|-------------------------------|---------------------|-------------------------------|---------------|--|--|--|--|--|
| 日     | 9          | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17                | 18 | 19                   | 20                            | 21                  |                               |               |  |  |  |  |  |
| 1     | 休館日        |    |    |    |    |    |    |    |                   |    |                      |                               |                     |                               |               |  |  |  |  |  |
| 2     | 休館日        |    |    |    |    |    |    |    |                   |    |                      |                               |                     |                               |               |  |  |  |  |  |
| 3     | 休館日        |    |    |    |    |    |    |    |                   |    |                      |                               |                     |                               |               |  |  |  |  |  |
| 4     | 太極拳<br>日曜会 |    |    |    |    |    |    |    | Joker             |    | 青森県<br>剣道連盟<br>杖道部会  | 新国際<br>空手道連盟<br>戸原会館<br>青森同好会 |                     | 太極拳<br>日曜会                    |               |  |  |  |  |  |
| 5     |            |    |    |    |    |    |    |    | 月曜<br>クラブ         |    | M・M卓球<br>クラブ         |                               |                     | スバンダ<br>ヨガ                    |               |  |  |  |  |  |
| 6     |            |    |    |    |    |    |    |    | 合浦<br>クラブ         |    | わかば<br>卓球            |                               |                     | 青森TL<br>クラブ                   |               |  |  |  |  |  |
| 7     |            |    |    |    |    |    |    |    | 卓友会               |    | Eclair               | ベリー<br>ダンス<br>アリュール           |                     | シャシヤンカ<br>ヨガ                  |               |  |  |  |  |  |
| 8     |            |    |    |    |    |    |    |    | のばら<br>卓球<br>クラブ  |    | ミュキFIT<br>(音響使<br>用) |                               |                     | アート<br>体操教室                   | HONEY<br>TRIX |  |  |  |  |  |
| 9     |            |    |    |    |    |    |    |    | 3Bサファイ<br>ア<br>25 |    | みんと                  |                               |                     | スバンダ<br>ヨガ                    |               |  |  |  |  |  |
| 10    |            |    |    |    |    |    |    |    | 県庁<br>卓球          |    | UT<br>クラブ            |                               | Joker               | kaeko K-pop                   | 青森スマッシュ       |  |  |  |  |  |
| 11    |            |    |    |    |    |    |    |    | こたけ<br>アスリー<br>ト  |    | 杉野森                  | kaeko<br>K-pop                | 青森県<br>剣道連盟<br>杖道部会 | 新国際<br>空手道連盟<br>戸原会館<br>青森同好会 |               |  |  |  |  |  |
| 12    |            |    |    |    |    |    |    |    | 月曜<br>クラブ         | 野呂 | M・M卓球<br>クラブ         | こーた<br>エアロサーク<br>ル            | Raiders             |                               |               |  |  |  |  |  |
| 13    |            |    |    |    |    |    |    |    | 合浦<br>クラブ         |    | わかば<br>卓球            |                               |                     | ミドル<br>エイチ                    |               |  |  |  |  |  |
| 14    |            |    |    |    |    |    |    |    | 卓友会               |    |                      | ベリー<br>ダンス<br>アリュール           |                     | 吉田空手教室                        |               |  |  |  |  |  |
| 15    |            |    |    |    |    |    |    |    | のばら<br>卓球<br>クラブ  |    |                      |                               | アート<br>体操<br>教室     | 青森TL<br>クラブ                   |               |  |  |  |  |  |

  

| 多目的室C |            |    |    |    |    |    |    |    |                  |    |                   |    |                            |               |             |  |  |             |                            |   |
|-------|------------|----|----|----|----|----|----|----|------------------|----|-------------------|----|----------------------------|---------------|-------------|--|--|-------------|----------------------------|---|
| 日     | 9          | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17               | 18 | 19                | 20 | 21                         |               |             |  |  |             |                            |   |
| 1     | 休館日        |    |    |    |    |    |    |    |                  |    |                   |    |                            |               |             |  |  |             |                            |   |
| 2     | 休館日        |    |    |    |    |    |    |    |                  |    |                   |    |                            |               |             |  |  |             |                            |   |
| 3     | 休館日        |    |    |    |    |    |    |    |                  |    |                   |    |                            |               |             |  |  |             |                            |   |
| 4     | 太極拳<br>日曜会 |    |    |    |    |    |    |    | だるま会             |    | HONEY<br>TRIX     |    |                            | 太極拳<br>日曜会    |             |  |  |             |                            |   |
| 5     |            |    |    |    |    |    |    |    | からふる             |    | だるま会              |    |                            |               |             |  |  | ダンス<br>ブライト | ジョニー<br>TTS                |   |
| 6     |            |    |    |    |    |    |    |    | S・I・K            |    | PPC               |    | 野呂                         |               |             |  |  |             | つくし<br>卓球クラブ               |   |
| 7     |            |    |    |    |    |    |    |    | ワンコイン<br>プログラム   |    | ラージ<br>ボール<br>愛好会 |    | つがる<br>ロマン                 |               |             |  |  |             | (一社)<br>体力<br>メンテナンス<br>協会 |   |
| 8     |            |    |    |    |    |    |    |    | のばら<br>卓球<br>クラブ |    | TF                |    |                            | TSU           |             |  |  |             | 笹                          |   |
| 9     |            |    |    |    |    |    |    |    | 青森市<br>健康<br>推進課 |    | じよっぱり             |    |                            |               |             |  |  |             | TTKクラブ                     |   |
| 10    |            |    |    |    |    |    |    |    | UT<br>クラブ        |    | フリー卓球<br>優華       |    |                            |               |             |  |  |             | 吉田空手教室                     |   |
| 11    |            |    |    |    |    |    |    |    | ラールス             |    | Eclair            |    | 浪館クラブ                      | HONEY<br>TRIX |             |  |  |             | kuro                       |   |
| 12    |            |    |    |    |    |    |    |    | からふる             |    | kaeko K-pop       |    | ハラウ<br>フラ                  |               | ダンス<br>ブライト |  |  |             | ジョニー<br>TTS                |   |
| 13    |            |    |    |    |    |    |    |    | S・I・K            |    | シャシヤン<br>カ<br>ヨガ  |    | (一社)<br>体力<br>メンテナンス<br>協会 |               |             |  |  | TSU         | スバンダ<br>ヨガ                 |   |
| 14    |            |    |    |    |    |    |    |    | ワンコイン<br>プログラム   |    | ラージ<br>ボール<br>愛好会 |    | つがる<br>ロマン                 |               |             |  |  |             | ねぶた<br>青森                  | 笹 |
| 15    |            |    |    |    |    |    |    |    | のばら<br>卓球<br>クラブ |    | TF                |    |                            | 青森<br>ワッツ     |             |  |  |             | エアロピクス<br>サークル<br>のらえ      |   |

# 令和7年度 青森市総合体育館 1月行事予定表②

| 多目的室A |    |     |                                |      |                          |                         |                             |                    |                    |         |    | 多目的室B |    |    |    |     |    |                         |    |              |                         |                        |                     | 多目的室C                         |                    |         |    |    |                |                   |                                |            |        |                                |               |            |                                |          |        |    |    |  |  |  |
|-------|----|-----|--------------------------------|------|--------------------------|-------------------------|-----------------------------|--------------------|--------------------|---------|----|-------|----|----|----|-----|----|-------------------------|----|--------------|-------------------------|------------------------|---------------------|-------------------------------|--------------------|---------|----|----|----------------|-------------------|--------------------------------|------------|--------|--------------------------------|---------------|------------|--------------------------------|----------|--------|----|----|--|--|--|
| 日     | 9  | 10  | 11                             | 12   | 13                       | 14                      | 15                          | 16                 | 17                 | 18      | 19 | 20    | 21 | 日  | 9  | 10  | 11 | 12                      | 13 | 14           | 15                      | 16                     | 17                  | 18                            | 19                 | 20      | 21 | 日  | 9              | 10                | 11                             | 12         | 13     | 14                             | 15            | 16         | 17                             | 18       | 19     | 20 | 21 |  |  |  |
| 16    | Fr |     | 青森市<br>ママさん<br>卓球              |      | シャシヤンカ<br>ヨガ             |                         | ワンコイン<br>プログラム              |                    | 青森ワッツ<br>チアスクール    |         |    |       |    | 16 | Fr |     |    | PPC                     |    | みんと          |                         |                        |                     |                               | ラルース<br>青森         |         |    | 16 | Fr             |                   |                                |            |        | じよっぱり                          |               |            |                                |          | TTKクラブ |    |    |  |  |  |
| 17    | Sa |     | 親子<br>フィットネス<br>サークル<br>FunFun |      |                          | 仮予約                     |                             |                    | よさこい<br>チーム<br>新風！ |         |    |       |    | 17 | Sa |     |    | UT<br>クラブ               |    | Joker        |                         |                        |                     |                               | HONEY<br>TRIX      | 青森スマッシュ |    | 17 | Sa             |                   |                                |            | ミュキFIT |                                | フリー卓球<br>優華   |            |                                | 吉田空手教室   |        |    |    |  |  |  |
| 18    | Su |     |                                | 救命講習 |                          |                         | 県庁卓球                        |                    |                    | Raiders |    |       |    | 18 | Su |     |    | こたけ<br>アスリー<br>ト<br>クラブ |    | 杉野森          |                         | フィットネス<br>サークル<br>3RIE | 青森県<br>剣道連盟<br>杖道部会 | 新国際<br>空手道連盟<br>戸原会館<br>青森同好会 |                    | 18      | Su |    |                | アシュタガ<br>ヨガ       |                                |            | 浪館クラブ  |                                | HONEY<br>TRIX |            |                                |          |        |    |    |  |  |  |
| 19    | Mo | 休館日 |                                |      |                          |                         |                             |                    |                    |         |    |       |    | 19 | Mo | 休館日 |    |                         |    |              |                         |                        |                     |                               |                    |         |    | 19 | Mo             | 休館日               |                                |            |        |                                |               |            |                                |          |        |    |    |  |  |  |
| 20    | Tu |     | あおり子育てを楽しむ会                    |      |                          |                         |                             | JJMIX              |                    | TTB     |    |       |    | 20 | Tu |     |    | みんと                     |    | わかば<br>卓球    |                         |                        |                     |                               | ミドル<br>エイチ         |         | 20 | Tu |                |                   | 合浦<br>クラブ                      | PPC        |        |                                |               |            | つくし<br>卓球クラブ                   |          |        |    |    |  |  |  |
| 21    | We |     | 青森市<br>LBクラブ                   |      | ワンコイン<br>プログラム           |                         | 忍者ナイン<br>青い森セントラル<br>パーククラブ |                    | 卓錬会                |         |    |       |    | 21 | We |     |    | 卓友会                     | 野呂 | 太極拳          | ベリー<br>ダンス<br>アリュ<br>ール |                        |                     | 吉田空手教室                        |                    | 21      | We |    | ワンコインプログラ<br>ム | ラージ<br>ボール<br>愛好会 | つがる<br>ロマン                     |            |        | ねぶた<br>青森                      |               | 卓新<br>クラブ  |                                |          |        |    |    |  |  |  |
| 22    | Th |     | MASUMI<br>エアロ<br>ダンス           |      | ミュキ<br>FIT<br>(音響使<br>用) |                         | ワンコイン<br>プログラム              |                    | 青森卓愛会              |         |    |       |    | 22 | Th |     |    | のばら<br>卓球<br>クラブ        |    | ヒナタ<br>ヨガ    |                         | 自主事業                   | アート<br>体操<br>教室     | 青森スマッシュ                       |                    | 22      | Th |    |                | のばら<br>卓球<br>クラブ  |                                | TF         |        |                                |               |            | (一社)<br>体力<br>メンテナ<br>ンス<br>協会 |          |        |    |    |  |  |  |
| 23    | Fr |     | ワッツ                            |      |                          |                         |                             |                    |                    |         |    |       |    |    | 23 | Fr  |    | ワッツ                     |    |              |                         |                        |                     |                               |                    |         |    |    |                | 23                | Fr                             |            | ワッツ    |                                |               |            |                                |          |        |    |    |  |  |  |
| 24    | Sa |     | ワッツ                            |      |                          |                         |                             |                    |                    |         |    |       |    |    | 24 | Sa  |    | ワッツ                     |    |              |                         |                        |                     |                               |                    |         |    |    |                | 24                | Sa                             |            | ワッツ    |                                |               |            |                                |          |        |    |    |  |  |  |
| 25    | Su |     | ワッツ                            |      |                          |                         |                             |                    |                    |         |    |       |    |    | 25 | Su  |    | ワッツ                     |    |              |                         |                        |                     |                               |                    |         |    |    |                | 25                | Su                             |            | ワッツ    |                                |               |            |                                |          |        |    |    |  |  |  |
| 26    | Mo |     | ワンコイン<br>プログラム                 |      |                          |                         | ワンコイン<br>プログラム              |                    | こども空手道             |         |    |       |    | 26 | Mo |     |    | 月曜<br>クラブ               |    | M・M卓球<br>クラブ |                         |                        |                     |                               | ジョニー<br>TTS        |         | 26 | Mo |                | からふる              |                                | ミュキ<br>FIT |        | ハラ<br>ウ<br>フラ                  |               | ダンス<br>プラレ |                                | ダンスアイランド |        |    |    |  |  |  |
| 27    | Tu |     | ワンコイン<br>プログラム                 |      | シャシヤンカヨガ                 |                         | ハッピー<br>ピクス                 | トニー<br>サッカー<br>クラブ | つくし<br>卓球クラブ       |         |    |       |    | 27 | Tu |     |    | Joker                   |    | わかば<br>卓球    |                         | JJMIX                  |                     | 青森TL<br>クラブ                   |                    | 27      | Tu |    |                | S・I・K             | PPC                            |            |        |                                |               |            | スバンダ<br>ヨガ                     |          |        |    |    |  |  |  |
| 28    | We |     | 青森市<br>LBクラブ                   |      | ワンコイン<br>プログラム           |                         | 忍者ナイン<br>青い森セントラル<br>パーククラブ |                    | Raiders            |         |    |       |    | 28 | We |     |    | 卓友会                     | 野呂 | 太極拳          | ベリー<br>ダンス<br>アリュ<br>ール |                        |                     | 卓錬会                           |                    | 28      | We |    | ワンコインプログラ<br>ム | ラージ<br>ボール<br>愛好会 | つがる<br>ロマン                     |            |        |                                |               | 卓新クラブ      |                                |          |        |    |    |  |  |  |
| 29    | Th |     | MASUMI<br>エアロ<br>ダンス           |      | ワンコインプログラム               |                         |                             | 青森卓愛会              |                    |         |    |       |    | 29 | Th |     |    | のばら<br>卓球<br>クラブ        |    | ヒナタ<br>ヨガ    |                         |                        | アート<br>体操教室         | 横山<br>kick                    |                    | 29      | Th |    |                | のばら<br>卓球<br>クラブ  |                                | TF         |        | (一社)<br>体力<br>メンテナ<br>ンス<br>協会 |               |            | kuro                           |          |        |    |    |  |  |  |
| 30    | Fr |     | ワンコインプログラム                     |      |                          |                         |                             | 青森ワッツ<br>チアスクール    |                    |         |    |       |    | 30 | Fr |     |    | 青森市<br>ママさん<br>卓球       |    | みんと          |                         |                        |                     | スバンダ<br>ヨガ                    |                    | 30      | Fr |    |                | 青森市<br>ママさん<br>卓球 |                                | じよっぱり      |        |                                |               | TTKクラブ     |                                |          |        |    |    |  |  |  |
| 31    | Sa |     | シャシヤンカ<br>ヨガ                   |      |                          | こたけ<br>アスリー<br>ト<br>クラブ |                             | TTB                |                    |         |    |       |    | 31 | Sa |     |    | ねぶた<br>青森               |    | 県庁卓球         |                         |                        |                     |                               | こーた<br>エアロサー<br>クル |         | 31 | Sa |                |                   | (一社)<br>体力<br>メンテナ<br>ンス<br>協会 |            |        |                                |               |            |                                |          |        |    |    |  |  |  |