令和8年度 青森市総合体育館 12月行事予定表①

多目的室A

日	曜日	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	火	ワンコインプログラム（自主）									つくし卓球			
2	水	青森市LBクラブ			ワンコインプログラム（自主）			忍者ナイン			こーたフィットネスチーム			
3	木		MASUMI		ワンコインプログラム（自主）						青森卓愛会			
4	金	8:00～22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
5	土	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
6	日	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
7	月	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
8	火	8:00～22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
9	水	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
10	木	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
11	金	ワンコインプログラム（自主）												
12	土				保健大(自主)									
13	日	日曜会			イベントレッスン						スパンダヨガ			
14	月		MASUMI		ワンコインプログラム（自主）			こども空手道						
15	火	あおもりで子育てをたのしむ会							トミーサッカークラブ		つくし卓球			

多目的室B

日	曜日	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	火		合浦クラブ			わかば						青森TLクラブ		
2	水		PPC			太極拳		アリュール				卓錬会		
3	木		のばら			Joker		体力メンテナンス協会				ミドルエイヂ		
4	金	8:00～22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
5	土	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
6	日	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
7	月	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
8	火	8:00～22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
9	水	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
10	木	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
11	金		Mamanowa		みんと			青森ワッツチア						
12	土		UTクラブ		KAEKO KPOP		ラルース青森				蒼天飛龍			
13	日	Ec.			杉野森		フィットネス3RIZE	地域スポーツ課						
14	月		月曜クラブ&カラフル			M・M			雪うさぎ		K卓球クラブ			
15	火		みんと		わかば		JJMIX				卓新クラブ			

多目的室C

日	曜日	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	火		SIK										卓新クラブ	
2	水		卓友会			ラージボール愛好会		つがるロマン					バレエサークルポムル	
3	木		のばら			TF				アート体操教室			青森TLクラブ	
4	金	8:00～22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
5	土	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
6	日	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
7	月	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
8	火	8:00～22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
9	水	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
10	木	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
11	金		青森市健康寿命延伸会議		ヒナタヨガ								エアロビクスサークルのちぇ	
12	土	佐々木	ミユキFIT		保健大(自主)							Only 1ne Fit	イナバ	
13	日		シャシャンカヨガ			Joker						地域スポーツ課		
14	月		月曜クラブ&カラフル								ダンスプライト	ダンスアイランド		
15	火		合浦クラブ		ミユキFIT								青森スマッシュ	

令和8年度 青森市総合体育館 12月行事予定表②

多目的室A

日	曜日	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
16	水	青森市LBクラブ			ワンコインプログラム（自主）				忍者ナイン			フリー卓球優華		
17	木		シャシャンカヨガ			ワンコインプログラム（自主）			青森卓愛会					
18	金	ママさん卓球			ワンコインプログラム（自主）									
19	土	MASUMI	MISAKI		シャシャンカヨガ		make it		こーたフィットネスチーム					
20	日	8:00〜17:00	剣道審判講習会 公認審判員認定審査会				地域スポーツ課							
21	月	休　館　日												
22	火		シャシャンカヨガ			ワンコインプログラム（自主）			つくし卓球					
23	水	青森市LBクラブ			ワンコインプログラム（自主）				忍者ナイン			のちぇ（音響利用）		
24	木		MASUMI		ワンコインプログラム（自主）				青森卓愛会					
25	金	8:00〜22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
26	土	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
27	日	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
28	月		MASUMI		ワンコインプログラム（自主）		県庁卓球クラブ					卓錬会		
29	火	休　館　日												
30	水	休　館　日												
31	木	休　館　日												

多目的室B

日	曜日	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
16	水		卓友会		EC.			アリュール			ねぶた青森		K卓球クラブ	
17	木	のばら									ミドルエイヂ			
18	金		PPC		みんと		体力メンテナンス協会		ワッツチアスクール					
19	土	DSV	UTクラブ		MISAKI			ヨガFITmona			少年空手愛好会			
20	日	こどもリズム体操			Joker				杖道稽古会	芦原会館同好会				
21	月	休　館　日												
22	火		みんと		わかば		JJMIX			青森TLクラブ				
23	水		卓友会		EC.			アリュール		こーたフィットネスチーム				
24	木	のばら			Joker				アート体操教室	青森スマッシュ				
25	金	8:00〜22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
26	土	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
27	日	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
28	月		月曜クラブ&カラフル								ねぶた青森	K卓球クラブ		
29	火	休　館　日												
30	水	休　館　日												
31	木	休　館　日												

多目的室C

日	曜日	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
16	水		3Bサファイア25			ラージボール愛好会		つがるロマン					Soul Flow Active Lab	
17	木	のばら			ヒナタヨガ		ハレノヒBODY			アート体操教室		青森TLクラブ		
18	金					じょっぱり					TTK			
19	土		親子フィットネスサークルFun!Fun!			GSTC				Only 1ne Fit		青森スマッシュ		
20	日	こどもリズム体操			逆転Aomori			Raiders		スパンダヨガ				
21	月	休　館　日												
22	火		SIK		ミユキFIT			キッズノビティ		卓新クラブ				
23	水		3Bサファイア25			ラージボール愛好会		つがるロマン			K卓球クラブ			
24	木	のばら			TF					ジョニーTTS				
25	金	8:00〜22:00	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦											
26	土	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
27	日	B.LEAGUE2026-27青森ワッツ公式戦												
28	月		月曜クラブ&カラフル				アリュール		ダンスプライト		ジョニーTTS			
29	火	休　館　日												
30	水	休　館　日												
31	木	休　館　日												

多目的A・B・C　12月②