

新青森県総合運動公園 1月

| 日 | 曜 | 陸上競技場 | |
|----|---|----------------------------|---|
| | | 主競技場（屋内） | 室内練習場 |
| 1 | 木 | 休 場 日 | |
| 2 | 金 | 休 場 日 | |
| 3 | 土 | 休 場 日 | |
| 4 | 日 | | |
| 5 | 月 | | |
| 6 | 火 | | |
| 7 | 水 | | |
| 8 | 木 | | |
| 9 | 金 | | |
| 10 | 土 | | 9-13 青森県障がい者スポーツ選手育成・強化事業 陸上競技 冬季強化練習会・記録会 |
| 11 | 日 | 15-16 青森県中学生陸上競技選抜冬季練習会 | 8-15、16-17 同左 |
| 12 | 月 | | |
| 13 | 火 | 9-12 RAB企画 | 9-12 同左 |
| 14 | 水 | | |
| 15 | 木 | | |
| 16 | 金 | | |
| 17 | 土 | | |
| 18 | 日 | | |
| 19 | 月 | | |
| 20 | 火 | 休 場 日 | |
| 21 | 水 | | |
| 22 | 木 | | |
| 23 | 金 | | |
| 24 | 土 | 10-12、15-17 第2回青森国スポ週末強化合宿 | 8-10、12-15、17-18 同左 |
| 25 | 日 | 10-12、15-17 第2回青森国スポ週末強化合宿 | 8-10、12-15、17-18 同左 |
| 26 | 月 | | |
| 27 | 火 | | |
| 28 | 水 | | |
| 29 | 木 | | |
| 30 | 金 | | |
| 31 | 土 | 8-17 冬季あおもりディスタンストライアル② | 8-17 同左 |