

イベントカレンダー

		1 トレッキング ①②③	2 サップ	3 トレッキング ①②	4 サップ	5 カヤック	6 トレッキング・バーウーキング & ハンモウ・ハイキング・サマ	7 ラフティング	8 サップ	9 ①②サップ ①シーカヤック	10 海釣り	11 カヤック・トレッキング・ サップ・サイウにんげん	12 サーフィン	13 サーフィン ①②③④	14 カヤック
7	21 日				●									①	
	22 月				●									②	
	23 火				●		●							②	
	24 水				●		●							②	
	25 木						●							②	
	26 金													②	
	27 土										●			③	
	28 日					●					●				
	29 月													②	
	30 火													②	
	31 水													②	
8	1 木						●					●		②	
	2 金						●		●					②	
	3 土						●		●	②			●		●
	4 日					●	●						●		
	5 月						●						●	②	
	6 火						●							②	
	7 水						●							②	
	8 木													②	
	9 金								●			●		②	
	10 土		●	① ②					●	① ②	●				
	11 日			① ②						①				④	
	12 月		●	① ②										②	
	13 火							●						②	
	14 水							●						②	
	15 木							●						②	
	16 金								●					②	
	17 土	①	●			●			●	②					
	18 日	②								①					●
	19 月													②	
	20 火											●		②	
	21 水													②	
	22 木													②	
	23 金													②	
	24 土														●
	25 日	③													

1 八甲田山ガイドクラブ

2 SATOYA

3 4-Ride (株式会社ブルーモリス)

4 SUISUISUP

5 Ogawarako kayak LABO

6 合同会社 白神山地ガイド会

7 A 'GROVE (エイグローヴ)

8 白神SUP

9 OUTDOORBOX RIVERRUNS

10 ガイドネイチャーズタイム

11 株式会社ACプロモート

12 OCTA (オクタ)

13 six star LIBERTY (Maven)

14 特定非営利活動法人シェルフォレスト川内

八甲田エリア

十和田湖・奥入瀬エリア

白神エリア

種差エリア

下北エリア

青森県観光交流推進部観光政策課観光地域づくり推進グループ
〒030-8570 青森県青森市長島1丁目1番1号 TEL.017-734-9400

詳しくはこちら▶



あおもり夏! アウトドアスポーツ夏!

7/21 8/25

この夏を遊んじゃおう!

SUP

KAYAK

TREKKING

SURFING

RAFTING etc...

青森の自然が、あなたを待っている!!

青森県

トレッキング

8/17プラン①赤沼から葛温泉へ
8/18プラン②八甲田山で花見登山
8/25プラン③憧れの高田大岳を目指す

トレッキング難易度 (A)楽々お散歩・(B)簡単・(C)まずまず・(D)ちょっと大変・(E)すごく大変)

プラン①(難易度B～C) 南八甲田の裾野に広がる広大なブナの森を歩き、豊かな森の魅力を堪能しましょう

8月17日(土)
8時00分～14時30分
所要時間／歩行時間 約5時間半
年齢制限／10歳以上
集合場所／葛温泉駐車場 8:00集合
定員／12名まで

各料金(税込)／大人**7,000円** 子供**4,000円** 旅行傷害保険**500円**
お申し込み／電話またはメールで開催日の一週間前まで

八甲田山ガイドクラブ ※場合によってはコースの変更があります
Tel.017-728-1511／E-mail hakkoda.gc.info@gmail.com

花の名峰・八甲田山のんびり歩きながら高山植物を楽しみましょう。じっくり花が見られるように通常ののんびりペースで歩きます。

8月18日(日)
8時30分～16時30分
所要時間／歩行時間 約6時間半
年齢制限／10歳以上
集合場所／八甲田ロープウェイ駐車場
定員／12名まで

酸ヶ湯温泉から小岳、高田大岳と縦走して谷内温泉へ下山します。道は悪く登りも急な難ルートですが山頂からの眺めは一見の価値あります。

8月25日(日)
7時00分～16時00分
所要時間／歩行時間 約7時間半
年齢制限／12歳以上
集合場所／酸ヶ湯温泉駐車場
定員／10名まで

サップ

SUP体験ツアー
初級者向け

SUPでプカプカ水の上をのんびりお散歩！個人やグループ、ご家族でのガイド貸切りなので初心者でも安心。それぞれの経験・体力に合わせ、サポート付きで安全にSUP体験を楽しんでみたい方が対象。出発時間や体験時間などもお客様のご都合に合わせてご相談可能。SUP初心者も参加OK！SUP用具一式、ライフジャケット、レンタル無料！手ぶらでOK。天候によって安全に楽しめるエリアで実施いたします。

8月10日(土)・12日(月)・17日(土) 10時00分～12時00分
各料金(税込)／2～4名1組 大人**8,000円** 小人**4,000円** ※中学生まで1名1組**12,000円**
(※体験料、SUP、ライフジャケットレンタル料込)

所要時間／2時間 年齢制限／小学生以上
集合場所／浅虫温泉周辺、夏泊半島、大島周辺、十和田湖周辺のいずれか
※天候状況を判断し2～1日前までに実施場所・集合場所をご連絡いたします
定員／1組4名まで ※5名以上でご参加の場合はご相談ください
お申し込み／開催日の2日前まで

SATOYA
Tel.090-5232-5356／E-mail fngmt787@gmail.com



トレッキング

①[青森県民限定]クアオルト®健康ウォーキング～浅虫温泉海山クア(健康)の道～
②[青森県民限定]八甲田トレッキング～ゴードライン～

①「クアの道」は、健康の道として、ドイツのクアオルト(健康保養地)で実施されている、気候性地形療法コースの基準を踏襲し、日本の自然環境や気候、路面の傾斜や変化、安全対策などを具備した、クアオルト健康ウォーキングの専用コースです。是非体験して普段のウォーキングに活かしましょう。

8月10日(土)・11日(日)・12日(月)
9時00分～14時00分

料金(税込)／お一人様**3,000円**
(ガイド料、傷害保険、ヘルシーランチ料)
所要時間／4時間程度 年齢制限／12歳以上
集合場所／「道の駅」浅虫温泉駅～浅虫 4F 会議室
定員／4～20人まで
お申し込み／開催日の7日前まで

4-Ride (株式会社ブルーモリス)
Tel.017-718-8557／E-mail northwind.4ride@gmail.com

②八甲田ロープウェイ山頂公園駅から「通称8字、ひょうたん」と呼ばれる遊歩道が「八甲田ゴードライン」。約1時間で周回できる初心者や年配の方でもトレッキングを気軽に楽しめるコースです。奥羽山脈最北端に広がる数々の湿原は、標高はさほど高くはありませんが、少し歩くだけで、珍しい高山植物がたくさん生えています。

8月10日(土)・11日(日)・12日(月)
10時00分～12時00分／13時00分～15時00分

料金(税込)／お一人様**5,000円**
(ガイド料、ロープウェイ料金往復、保険料)
所要時間／2時間程度 年齢制限／12歳以上
集合場所／八甲田ロープウェイ山麓駅 チケット売り場前
定員／4～20人まで
お申し込み／開催日の7日前まで



サップ

十和田湖SUPツーリング
初級者向け

ガイドが丁寧にレクチャーするので、初めての方でも安心！水との距離が近いSUPは十和田湖と仲良くなるのにピッタリ！ガイドの解説に耳を傾けながら、のんびり湖上散歩するツアーです！必要な装備は全て料金に含まれていますので、手ぶら参加でOK！SUISUISUPのオリジナル手ぬぐいプレゼント！

7月21日(日)～24日(水) 9時30分～12時00分、13時30分～16時00分
各料金(税込)／高校生以上**8,000円** 中学生**5,500円** 小学生**4,000円**
(上記料金にはガイド料、傷害保険料、レンタル料、北東北三県割引が含まれます)
所要時間／2時間30分程度 年齢制限／小学生以上
集合場所／宇樽部キャンプ場 管理棟前
定員／1～10人まで
(ただし中学生までは保護者同伴)
お申し込み／開催日の1日前まで

SUISUISUP
Tel.080-1681-1036／E-mail sup@tgkai.jp



カヤック

親子で小川原湖カヤック体験！
初級者向け

夏休み限定の特別企画！タンデムカヤックに親子で乗って小川原湖を楽しみましょう！青森県最大の湖・小川原湖から八甲田連峰をみながら、おおきくひろがる湖上をカヤックで巡って夏休みの思い出づくりを！

●7月28日(日) ●8月4日(日) ●8月17日(土)
10時00分～11時00分 13時30分～14時30分 10時00分～11時00分

各料金(税込)／親子ペア**5,000円**
(※ガイド料、傷害保険料、レンタル料込)
所要時間／1時間 年齢制限／5歳以上
集合場所／小川原湖観光センター「レックピア」1階
定員／親子ペア～8組まで
お申し込み／開催日の2日前まで

Ogawarako kayak LABO
Tel.080-6591-6586／E-mail ogawarakokayak@gmail.com



トレッキング&リバーウォーキング &ハンモック&テントサウナ

白神シエスタ
(白神をまるごと楽しもう)

白神山地をまるごと体験できるAll In Oneのプログラムです。森と水に癒される時間を楽しんでください。

7月23日(火)・24日(水)・25日(木)・8月1日(木)～7日(水)
※開催時間は全て10:30～15:00

各料金(税込)／大人**8,800円** 小人**5,500円**
(※ガイド料、国内旅行傷害保険料、レンタル料等込)
所要時間／3時間45分程度(昼食時間は抜く)
年齢制限／未成年の方は保護者同伴でご参加ください。
集合場所／西田屋村 アクアグリーンビレッジ
ANMON観光案内所前
定員／2～10人まで(最小催行人数:2名)
お申し込み／開催日の3日前まで

合同会社 白神山地ガイド会
Tel.0172-55-0090／E-mail info@shirakami-guide.com
※当日の気象条件や参加者の構成によりプログラムはかわります。



ラフティング

岩木川ラフティング
初級者向け

通常のラフティングツアーでは、ガイドがコースのほとんどを操船しますが、このプログラムでは、参加者一人一人がしっかりと操船練習をして、コースを自分の力で漕ぎきけるという「漕いだ感」重視のプログラム。もちろんガイドがしっかりサポートするので安心して川を下ることができます。津軽十景「目屋渓谷」を水上から満喫できます。

8月13日(火)～15日(木) 9時00分～12時00分
各料金(税込)／中学生以上の大人**7,000円**
(※ガイド料、国内旅行傷害保険料、レンタル料等込)
所要時間／3時間程度(受付、レクチャー含む)
年齢制限／中学生以上
集合場所／西田屋スポーツ交流センター(A' GROVE)
定員／12人まで
お申し込み／開催日の6日前まで

A' GROVE (エイグロヴ)
Tel.080-2836-1735／E-mail staff@a-grove.com



サップ

朝活!鯉ヶ沢サンライズSUP
初級者向け

朝凧の静かな時間 海上で解き放つ開放感。太陽の下で大きく深呼吸・・・SUPの上で波に揺られながら1日のパワーをチャージ!!リフレッシュしながらいつもと違った朝の時間を過ごしてみませんか?

8月2日(金)・3日(土)・9日(金)・10日(土)・16日(金)・17日(土)
7時00分～8時30分
各料金(税込)／大人**3,500円** 小人**2,500円**(小人料金は中学生まで)
(ガイド料、国内旅行傷害保険料、レンタル料等込)
所要時間／1時間30分程度 年齢制限／小学3年以上
(小さなお子様も大人と一緒に同乗できます。)
集合場所／鯉ヶ沢町はまなす公園海水浴場
※風が強い場合は、中村川ふれあい公園(変更の場合はご連絡いたします)
定員／6人まで(最低催行人数2名)
お申し込み／開催日の2日前まで

白神SUP Tel.090-7187-8277
※本ツアーは小雨決行、雨天中止となっております。(雨天の場合は当日1時間前にご連絡いたします)



①シーカヤック ②サップ

三陸ジオパークを巡る
シーカヤックスキルアップツアー
熊島サンセットSUP

中級者・上級者
初級者・中級者

①シーカヤック 三陸ジオパークの種差海岸を三陸ジオパーク認定ガイドのシーカヤックインストラクターがツアーを案内。太古の昔を感じながら、パドルスキルをあげていくツアー。日本セーフティパドルリング協会アドバンスインストラクターがパドルングアドバイザーします。

8月10日(土) 13時00分～16時00分
8月11日(日) 9時00分～12時00分
8月18日(日) 9時00分～12時00分
各料金(税込)／大人**6,000円**
(※ガイド料、傷害保険料、レンタル料込)
所要時間／2時間30分程度
年齢制限／18歳以上
集合場所／OUTDOORBOX RIVERRUNS
定員／5人まで(最低催行人数1名～)
お申し込み／開催日の2日前まで

OUTDOORBOX RIVERRUNS
Tel.0178-20-0234／E-mail riverruns@ymail.ne.jp

②サップ 熊島に沈んでいく夕焼けを楽しみながら漕ぐSUPプログラム。SUPの上でアイスチャイでティータイム。「のんびりゆったり」をテーマにSUPに漂いながら癒やされてください。

8月3日(土)・10日(土)・17日(土)
16時45分～18時45分
各料金(税込)／大人**6,000円**
(※ガイド料、傷害保険料、レンタル料込)
所要時間／2時間程度
年齢制限／18歳以上
集合場所／OUTDOORBOX RIVERRUNS
定員／8人まで(最低催行人数1名～)
お申し込み／開催日の2日前まで

海釣り

初めての海釣り体験
入門向け

この時期の八戸港は魚がたくさん入ってきており、数釣りを満喫できます。

●7月27日(土) ●7月28日(日) ●8月10日(土)
10時00分～11時00分 10時00分～11時00分 10時00分～11時00分

各料金(税込)／大人一名**2,000円** 中学生以下一名**1,000円**
(※ガイド料、レンタル料等込)
所要時間／1時間程度 年齢制限／6歳以上
集合場所／八戸市、鉾鼻漁港 漁港ストア付近
定員／2～10人まで
お申し込み／開催日7日前まで

ガイドネイチャーズタイム
Tel.0178-38-3414／E-mail info@naturestime.com



カヤック、トレッキング、種差海岸でなんちゃってサップ、サイクリング

種差海岸でなんちゃってトライアスロン 初級者向け

海のアクティビティから陸のアクティビティまで、種差海岸を満喫。お昼は、種差海岸で獲れた魚介の漁師鍋付き。真夏の種差海岸を遊びつくす！

8月2日(金)・9日(金)・20日(火)
9時00分～13時00分
各料金(税込)／一律**6,000円**
(※ガイド料、国内旅行傷害保険料、レンタル料等込)
所要時間／4時間程度 年齢制限／高校生以上
集合場所／白浜海水浴場 管理棟前
定員／5人まで
お申し込み／開催日の4日前まで

株式会社ACプロモート
Tel.0178-38-8420／E-mail info@acpromote.jp



サーフィン

シニア向けチャレンジサポート・サーフィンスクール[50歳以上限定]

シニアの方でも安心してチャレンジ出来るよう、「無理なく、ゆったり丁寧」を重点にプログラムを組みました。海の中から見渡す景色は非日常的！乗った人にしか味わえない、波という自然との一体感を楽しみながら健康的に体を動かしましょう。

8月3日(土)・4日(日)・5日(月) 10時00分～12時00分
各料金(税込)／通常**8,000円→6,000円(-2,000円引)**
(※ガイド料、レンタル料等込)
所要時間／約2時間 年齢制限／50歳以上
集合場所／種差インフォメーションセンター駐車場
定員／6名まで
お申し込み／1週間前まで

OCTA (オクタ)
Tel.090-8920-1530／E-mail octasurf73@gmail.com



サーフィン

①～③青森の短い夏をサーフィンで思いっきりたのしもう！
④今こそステップアップのチャンス！混雑とは無縁のリーフブレイクでのサーフィン！

オリンピックの正式種目にもなっているサーフィン。青森県でも出来るんですよ。海水は若干冷たいですが、めっちゃめっちゃ透き通ったキレイな青森県東通村の海。そんなキレイな海の東通村でサーフィンを体験できます。体力的には少しハードですが、乗れた時の感覚は最高です。

①【大人向け】初めてのサーフィン体験
7月21日(日) ①-1/ 8時30分～11時30分 ①-2/13時00分～16時00分
(代替日7月28日(日) ①-1/ 8時30分～11時30分 ①-2/13時00分～16時00分)
所要時間／2.5～3時間程度(集合～解散)
年齢制限／15歳以上
集合場所／six star LIBERTY サーフショップ前
定員／4人まで

各料金(税込)／**4,400円**
(体験料・サーフボード・ウェットスーツレンタル料込)
お申し込み／開催日の2日前まで

②【夏休み特別企画(平日限定)】親子でサーフィンチャレンジ
7月22日(月)～8月23日(金)
(月～金に限定)9時00分～または13時30分～
所要時間／2時間30分程度(集合～解散)
年齢制限／親:年齢制限なし 子:8歳～22歳
集合場所／six star LIBERTY サーフショップ前
定員／4人まで(うち15歳未満の子供は2人まで)

各料金(税込)／2人まで**9,900円**
1人増えるごとに+3,300円
(体験料・サーフボード・子供用ライフジャケットレンタル料込)
(大人はウェットスーツのレンタルも含まれます)
お申し込み／開催日の2日前まで

six star LIBERTY (Maven) Tel.090-2275-5472／E-mail sixstarliberty@gmail.com

③【キッズ向け】初めてのサーフィン体験


7月27日(土) ③-1/ 9時00分～11時30分 ③-2/13時30分～16時00分
(代替日8月10日(土) ③-1/ 9時00分～11時30分 ③-2/13時30分～16時00分)
所要時間／2時間30分程度(集合～解散)
年齢制限／8歳～15歳
集合場所／six star LIBERTY サーフショップ前
定員／8人まで

各料金(税込)／**3,300円**
(体験料・サーフボード・ライフジャケットレンタル料込)
お申し込み／開催日の2日前まで

④ 大人ののためのサーフコーチング
8月11日(日) 8時30分～16時00分
(代替日8月18日(日) 8時30分～16時00分)
所要時間／7時間30分程度(集合～解散)(休憩1時間30分含む)
年齢制限／25歳以上
集合場所／six star LIBERTY サーフショップ前
定員／4人まで

各料金(税込)／**8,800円**(コーチング料込)
お申し込み／開催日の2日前まで

 ご予約は
こちら



カヤック

かわうち・まりん・びーち
クリアカヤック体験

クリアカヤックで陸奥湾に漕ぎ出して、水中に広がる世界を見てみましょう！「海のゆりかご」と呼ばれるアマモや、そこに棲む魚たちをのんびりと観察することができます。

●8月3日(土) ●8月18日(日) ●8月24日(土)
10時30分～11時30分 10時30分～11時30分 10時30分～11時30分

各料金(税込)／大人**2,000円** 小人**1,500円**
(※ガイド料、国内旅行傷害保険料、レンタル料等込)
所要時間／1時間程度
年齢制限／小学3年生以上
集合場所／むつ市海と森ふれあい体験館
定員／カヤック:4人まで
お申し込み／開催日の3日前まで

特定非営利活動法人シェルフォレスト川内
Tel.0175-42-2411／E-mail info@shell-forest.info

