

運用番号	列車番号	運転区間			両数	編成		運用番号	備考		
GF101	3715M	盛岡	06:25	→	06:59	いわて沼宮内	4	IGR7000	2+2	GF102+GF101	
	3792M	盛岡	07:48	←	07:12	いわて沼宮内	4	IGR7000	2+2	GF102+GF101	盛岡～北上は2522M
	2522M	北上	08:40	←	07:51	盛岡	4	IGR7000	2+2	GF102+GF101	いわて沼宮内～盛岡は3792M
	2525M	北上	09:01	→	09:50	盛岡	4	IGR7000	2+2	GF102+GF101	JR東北本線
	4529M	盛岡	11:25	→	13:22	八戸	2	IGR7000	2	GF101	
	4528M	盛岡	15:21	←	13:35	八戸	2	IGR7000	2	GF101	
	3729M	盛岡	17:50	→	18:26	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF101	土休日運休
	3730M	盛岡	19:13	←	18:39	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF101	土休日運休
	3421M	盛岡	19:26	→	19:41	滝沢	2	IGR7000	2	GF101	土休日運休
	回3422M	盛岡	20:20	←	20:09	滝沢	2	IGR7000	2	GF101	土休日運休
↓											
GF102	3715M	盛岡	06:25	→	06:59	いわて沼宮内	4	IGR7000	2+2	GF102+GF101	
	3792M	盛岡	07:48	←	07:12	いわて沼宮内	4	IGR7000	2+2	GF102+GF101	盛岡～北上は2522M
	2522M	北上	08:40	←	07:51	盛岡	4	IGR7000	2+2	GF102+GF101	いわて沼宮内～盛岡は3792M
	2525M	北上	09:01	→	09:50	盛岡	4	IGR7000	2+2	GF102+GF101	JR東北本線
	4531M	盛岡	13:23	→	15:10	八戸	2	IGR7000	2	GF102	
	4530M	盛岡	17:18	←	15:21	八戸	2	IGR7000	2	GF102	
	3727M	盛岡	17:25	→	17:59	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF102	
	3728M	盛岡	18:40	←	18:06	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF102	
	3731M	盛岡	18:47	→	19:21	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF102	
	3732M	盛岡	20:11	←	19:37	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF102	
4541M	盛岡	20:30	→	22:18	八戸	2	IGR7000	2	GF102		
↓											
GF103	回4516M	金田一温泉	05:59	←	05:38	八戸	2	IGR7000	2	GF103	
	4516M	盛岡	07:25	←	06:08	金田一温泉	2	IGR7000	2	GF103	
	4523M	盛岡	07:32	→	08:42	二戸	2	IGR7000	2	GF103	
	4522M	盛岡	09:58	←	08:49	二戸	2	IGR7000	2	GF103	
	4527M	盛岡	10:13	→	11:31	金田一温泉	2	IGR7000	2	GF103	
	4526M	盛岡	13:18	←	12:00	金田一温泉	2	IGR7000	2	GF103	
	3419M	盛岡	15:50	→	16:05	滝沢	2	IGR7000	2	GF103	
	3420M	盛岡	16:45	←	16:29	滝沢	2	IGR7000	2	GF103	
	4535M	盛岡	17:03	→	18:50	八戸	2	IGR7000	2	GF103	
	4536M	盛岡	21:05	←	19:20	八戸	2	IGR7000	2	GF103	
	3511M	盛岡	21:13	→	21:38	好摩	2	IGR7000	2	GF103	
	3510M	盛岡	22:15	←	21:51	好摩	2	IGR7000	2	GF103	
	3423M	盛岡	22:25	→	22:40	滝沢	2	IGR7000	2	GF103	土休日運休
回3424M	盛岡	23:09	←	22:58	滝沢	2	IGR7000	2	GF103	土休日運休	
↓											
GF104	3713M	盛岡	05:45	→	06:19	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3790M	盛岡	07:02	←	06:27	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	盛岡～矢幅は2586M
	2586M	矢幅	07:17	←	07:05	盛岡	2	IGR7000	2	GF104	平日のみ/いわて沼宮内～盛岡は3790M
	2585M	矢幅	07:26	→	07:40	盛岡	2	701	2	GF104	平日のみ/盛岡～滝沢は3493M
	3493M	盛岡	07:43	→	07:58	滝沢	2	701	2	GF104	矢幅～盛岡は2585M
	3410M	盛岡	08:33	←	08:18	滝沢	2	IGR7000	2	GF104	
	3717M	盛岡	08:40	→	09:13	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3718M	盛岡	10:25	←	09:51	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3719M	盛岡	10:32	→	11:06	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3720M	盛岡	11:47	←	11:13	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3721M	盛岡	12:15	→	12:49	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3722M	盛岡	14:15	←	13:39	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3723M	盛岡	14:42	→	15:16	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3724M	盛岡	15:59	←	15:25	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3725M	盛岡	16:18	→	16:52	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	3726M	盛岡	17:59	←	17:25	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
	4537M	盛岡	18:15	→	20:05	八戸	2	IGR7000	2	GF104	
	4538M	盛岡	22:50	←	21:04	八戸	2	IGR7000	2	GF104	
	3735M	盛岡	22:57	→	23:31	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104	
回3736M	盛岡	23:59	←	23:36	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF104		
↓											

運用番号	列車番号	運転区間				両数	編成		運用番号	備考	
GF105	回3711M	盛岡	05:25	→	05:51	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF105	
	3710M	盛岡	06:31	←	05:57	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF105	
	4521M	盛岡	06:41	→	08:28	八戸	2	IGR7000	2	GF105	
	4524M	盛岡	11:18	←	09:30	八戸	2	IGR7000	2	GF105	
	3413M	盛岡	11:55	→	12:10	滝沢	2	IGR7000	2	GF105	
	3414M	盛岡	12:58	←	12:43	滝沢	2	IGR7000	2	GF105	
	3415M	盛岡	13:05	→	13:20	滝沢	2	IGR7000	2	GF105	
	3416M	盛岡	13:42	←	13:27	滝沢	2	IGR7000	2	GF105	
	3417M	盛岡	14:05	→	14:20	滝沢	2	IGR7000	2	GF105	
	3418M	盛岡	15:03	←	14:48	滝沢	2	IGR7000	2	GF105	
	4533M	盛岡	15:23	→	17:10	八戸	2	IGR7000	2	GF105	
	4534M	盛岡	19:33	←	17:47	八戸	2	IGR7000	2	GF105	
	3733M	盛岡	19:42	→	20:15	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF105	
	3734M	盛岡	21:46	←	21:12	いわて沼宮内	2	IGR7000	2	GF105	
4543M	盛岡	21:53	→	23:40	八戸	2	IGR7000	2	GF105		
↓											
GF106	4518M	盛岡	07:58	←	06:09	八戸	2	IGR7000	2	GF106	
	3411M	盛岡	08:13	→	08:28	滝沢	2	IGR7000	2	GF106	
	3412M	盛岡	08:50	←	08:35	滝沢	2	IGR7000	2	GF106	