列車番号	運転区間					車種	編成両数	運用番号	関連事項
3710M	盛岡	6:31	←	5:57	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF201	
3712M	盛岡	7:06	←	6:30	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF206	
4516M	盛岡	7:28	←	6:11	金田一温泉	IGR7000	2	GF202	
2522M	北上	8:46	←	7:16	いわて沼宮内	IGR7000	4(2+2)	GF205+GF203	東北本線直通
4518M	盛岡	7:58	←	6:09	八戸	IGR7000	2	GF204	
3410M	盛岡	8:49	←	8:34	滝沢	IGR7000	2	GF202	
3714M	盛岡	9:21	←	8:46	いわて沼宮内	701	4(2+2)	MF208+MF203	
4522M	盛岡	9:58	←	8:49	二戸	IGR7000	2	GF206	
3510M	盛岡	10:25	←	10:01	好摩	IGR7000	2	GF204	
4524M	盛岡	10:49	←	8:53	八戸	IGR7000	2	GF201	
3716M	盛岡	11:50	←	11:16	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF204	
3414M	盛岡	12:35	←	12:20	滝沢	IGR7000	2	GF205	
4526M	盛岡	12:59	←	11:43	金田一温泉	IGR7000	2	GF206	
3718M	盛岡	14:19	←	13:45	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF205	
4528M	盛岡	14:53	←	13:06	八戸	IGR7000	2	GF201	
3416M	盛岡	15:19	←	15:03	滝沢	IGR7000	2	GF205	
4530M	盛岡	15:56	←	14:11	八戸	IGR7000	2	GF204	
4532M	盛岡	16:53	←	15:37	金田一温泉	IGR7000	2	GF203	
3720M	盛岡	17:15	←	16:41	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF205	
3722M	盛岡	18:26	←	17:52	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF203	
4536M	盛岡	18:58	←	17:42	金田一温泉	IGR7000	2	GF206	
3724M	盛岡	19:14	←	18:40	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF204	土曜・休日運休
4538M	盛岡	19:35	←	17:49	八戸	IGR7000	2	GF201	
3726M	盛岡	20:10	←	19:36	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF203	
3418M	盛岡	20:38	←	20:23	滝沢	IGR7000	2	GF204	土曜・休日運休
4540M	盛岡	21:04	←	19:18	八戸	IGR7000	2	GF205	
3728M	盛岡	21:21	←	20:47	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF201	
3730M	盛岡	22:27	←	21:53	いわて沼宮内	IGR7000	2	GF205	
4542M	盛岡	22:50	←	21:04	八戸	IGR7000	2	GF206	