

○前期リーグ(4月～7月) 全84試合

ホーム&アウェイ方式

Aブロック 1チーム8試合

	関南	ヴァンラーレ 2nd	江陽	クラッキス	N城北
関南					
ヴァンラーレ 2nd					
江陽					
クラッキス					
N城北					

Bブロック 1チーム8試合

	レンマ	明治	南郷	町畑	八戸FC 2nd
レンマ					
明治					
南郷					
町畑					
八戸FC 2nd					

Cブロック 1チーム8試合

	青潮	湊	吹上	桔梗野	ウインズ 2nd
青潮					
湊					
吹上					
桔梗野					
ウインズ 2nd					

Dブロック 1チーム8試合

	白銀南	ジンガ	鮫	中居林	根岸	長者
白銀南						
ジンガ						
鮫						
中居林						
根岸						
長者						

○後期リーグ(8月～9月) 全63試合

ホーム&アウェイ方式

1位リーグ 1チーム6試合

	A1位	D1位	B2位	C2位
A1位				
B1位				
C1位				
D1位				

2位リーグ 1チーム6試合

	B1位	C1位	A2位	D2位
A2位				
B2位				
C2位				
D2位				

3位リーグ 1チーム6試合

	A3位	B3位	C3位	D3位
A3位				
B3位				
C3位				
D3位				

4位リーグ 1チーム6試合

	A4位	B4位	C4位	D4位
A4位				
B4位				
C4位				
D4位				

5位リーグ 1チーム6試合

	A5位	B5位	C5位	D5位	D6位
A5位					
B5位					
C5位					
D5位					
D6位					