

元気は、しあわせ。

ハピネスモール プロジェクト

イオンモール天童「ハピネスモールプロジェクト」はじまります。

イオンモール天童は「ヘルス&ウエルネス」をテーマに
お客さまに豊かに美しく生きるLIFESTYLEを提案してゆきます。



参加費
無料!!

事前申込み
不要!!

飛び入り参加
OK!!

初心者
大歓迎!!

ショッピングモールを歩いて健康になろう!



※写真はイメージです。

モールウォーキングレッスン日程

■日時	■場所
・5月9日(火) 10:30~	・専門店街 1階グリーンコート
・6月13日(火) 10:30~	・専門店街 1階センターコート
・7月7日(金) 10:30~	・専門店街 1階グリーンコート
・8月15日(火) 10:30~	・専門店街 1階グリーンコート
・9月11日(月) 10:30~	・専門店街 1階グリーンコート

やさしいヨガレッスンで健康になろう!



はじめてのヨガレッスン日程

■日時	■場所
・4月28日(金) 10:30~	・専門店街 2階イオンホール
・5月26日(金) 10:30~	・専門店街 2階イオンホール
・6月30日(金) 10:30~	・専門店街 2階イオンホール
・7月28日(金) 10:30~	・専門店街 2階イオンホール
・8月25日(金) 10:30~	・専門店街 2階イオンホール



■ウォーキングスタイリスト

筒深旭人(つつみ あさひと)
デューク更家公認ウォーキングスタイリスト。
栃木県出身。自身の健康のために始めたデュークズウォーキングにはまり、その楽しさと心地良さを広めるために2012年独立。関東を中心に企業・自治体などで、正しい姿勢と美しい歩きかたをレッスン中。イオンレイクタウンやイオンモールつがる柏モールウォーキングも担当。



■GILLインストラクター

有海美香(ありうみ みか)
HOT YOGA & FITNESS GILL
・日本女子体育大学卒
・J-ヨガ認定1級ヨガインストラクター
・IYCきれいになるヨガインストラクター
・JADP認定ベビーマッサージ&ベビーマッサージインストラクター
・クラシックバレエ歴33年。ヨガ歴10年。