

イオンモール多摩平の森で健康ウォーキング!

イオンモール多摩平の森
モールウォーキング
地域の健康&コミュニティ



7月17日(月/祝)スタート!
8月から毎月第2・第4水曜日は
モールウォーキングレッスン!

写真はイメージです

「モールウォーキング」は文字通り、ショッピングモールの中を健康目的のために歩くプログラムです。イオンモール多摩平の森では「地域の皆さまの健康とコミュニティの推進」を目的に、モールをウォーキングの場として開放します。室内だから天候・気温・時間に関係なく、快適かつ安全にウォーキングが楽しめます。更に毎月第2・第4水曜日の午前中はウォーキングドクターのデューク更家さん公認のウォーキングスタイリストをお招きして、ウォーキングレッスンを無料開催していきますので是非ともご参加下さい。Let's モールウォーキング!

モールウォーキングレッスン

7/17(月/祝)スタート

開催時間 14:00~15:30 (1時間半)
開催場所 1Fセンターコート 及び館内全体
指導者 デューク更家さん
参加資格 老若男女問わずどなたでもご参加いただけます
参加人数 150名さま程度 (先着順とさせていただきます)
受付方法 受付不要 (当日14時までに開催場所にお集まり下さい)
参加費 無料



ウォーキングドクター
デューク更家さん

8月からは毎月第2・第4水曜日

開催日 8月9日(第2水)・23日(第4水)
開催時間 10:30~11:30 (1時間)
開催場所 8月9日(第2水) 1Fセンターコート 及び館内全体
8月23日(第4水) 2F中央ブリッジ 及び館内全体
指導者 小野寺MARIKOさん (デューク更家さん公認ウォーキングスタイリスト)
参加資格 老若男女問わずどなたでもご参加いただけます
参加人数 50名さま程度
受付方法 受付不要 (当日10時半までに開催場所にお集まり下さい)
参加費 無料



ウォーキングスタイリスト
小野寺MARIKOさん



●写真はイメージです。 ●スニーカーと動きやすい服装でご参加下さい。 ●更衣室のご用意はございませんので各自服装にご留意下さい。 ●貴重品・お荷物の管理は各自で行って下さい。
●体調管理は十分に行いご参加下さい。 ●ウォーキングされる際は周囲のお客さまに十分お気をつけ下さい。 ●今後のスケジュールはホームページやポスターでお知らせします。
●都合により変更、あるいは中止する場合がございます。予めご了承下さい。 ●イベントの様子は写真に収め、ポスターや広報誌等で紹介させていただくこともあります。予めご了承下さい。

後援:日野市