

# レイクタウンで健康ウォーキング!



春爽やか! 生き生き健康!  
皆で楽しくモールウォーキング!!

心配いらず  
No problem!

快適  
安全  
安心

MALL WALKING

## 毎週金曜日はウォーキングレッスン開催

**無料**

開催日	曜日	時間	開催場所
4月 6日	第1金	☀️ 朝10:00~11:00 (1時間)	木の広場
4月13日	第2金	🛌 お休み <small>「家庭の医学ウォーキング」が開催される 同一週(月~日曜日サイクル)はお休みとなります。</small>	
4月14日	第2土	☀️ 夕17:00~17:30 (30分)	mori 3F わんぱくフォレスト前 (未来屋書店前)
4月20日	第3金	🌙 夜19:30~20:30 (1時間)	木の広場
4月27日	第4金 <small>プレミアムフライデー</small>	🌙 夜19:30~20:30 (1時間)	木の広場

参加費: 無料

受付方法: 事前申込み不要。直接開催場所にお越し下さい。

4/14  
(土)

デューク更家の

### 家庭の医学ウォーキング ~正しく歩いて健康長寿!~

開催時間 17:00~17:30 (30分) 開催場所 mori 3F わんぱくフォレスト前 (未来屋書店前)

※ 次回5月の「スペシャルモールウォーキングレッスン」は5/2(水)に開催します。

参加無料



ウォーキングクター デューク更家さん

※スニーカーと動きやすい服装でご参加下さい。 ※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、後日ポスターやホームページなどで紹介させていただきます。予めご了承下さい。会場が変更になる場合がございます。その際は当日会場にてご案内致します。

