

レイクタウンで健康ウォーキング!

元気は、しあわせ。
ハピネスモ...ル



梅雨時期は
モールで快適ウォーキング!

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 |
|-------|-------------------|---|------|
| 6月 1日 | 第1金 | ☀️ 朝10:00~11:00 (1時間) | 木の広場 |
| 6月 8日 | 第2金 | 🌙 夜19:30~20:30 (1時間) | 木の広場 |
| 6月14日 | 第2木 | 🌙 夜19:00~21:00 (2時間) | 木の広場 |
| 6月15日 | 第3金 | 🛌 お休み <small>「スペシャルモールウォーキングレッスン」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> | |
| 6月22日 | 第4金 | 🌙 夜19:30~20:30 (1時間) | 木の広場 |
| 6月29日 | プレミアムフライデー 第5金 | 🌙 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。

ウォーキングドクター デューク更家さん直伝「スペシャルモールウォーキングレッスン」

6/14
(木)

開催時間 19:00~21:00

開催場所 木の広場・及び館内全体

受付方法 mori2Fインフォメーションにて参加申し込み受付中

※次回7月の「家庭の医学ウォーキング ~正しく歩いて健康長寿!~」は7/22(日)に開催します。

※三ヶ月に一度(春夏秋冬)は「家庭の医学ウォーキング ~正しく歩いて健康長寿!~」を開催します。

参加費
300円
小学生以下無料

※皆さまからいただいた参加費はイオンの募金活動に寄付させていただきます。



※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。

