

レイクタウンで健康ウォーキング!

元気は、しあわせ。
ハビネスモ...ル



スポーツの秋!
モールウォーキングを始めてみませんか!

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
9月 7日	第1金	☀️ 朝10:00~11:00 (1時間)	木の広場
9月13日	第2木	🌙 夜19:00~21:00 (2時間)	木の広場
9月14日	第2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>	
9月21日	第3金	🌙 夜19:30~20:30 (1時間)	木の広場
9月28日	プレミアムフライデー 第4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」

9/13
(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10月の「家庭の医学ウォーキング ~正しく歩いて健康長寿!~」は10/7(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。



後援: 埼玉県

めざせ 健康長寿日本一!

