

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



12月は毎年恒例の
エレガントウォーキングで
綺麗な立ち振る舞いを学ぼう!

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
12月 4日	第1火	夜19:00~21:00 (2時間)	木の広場
12月 7日	第1金	お休み	
12月 14日	第2金	朝10:00~11:00 (1時間)	木の広場
12月 21日	第3金	夜19:30~20:30 (1時間)	木の広場
12月 28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

歩き納め

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。

1月のモールウォーキングレッスンのお知らせ
1/4 (金) 朝 (10:00~11:00) から開催します。

X'mas特別企画
12/4
(火)

スペシャルモールウォーキングレッスン年末恒例 エレガントレッスン

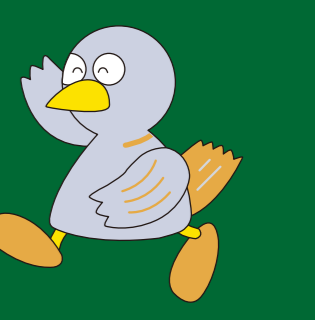
開催時間 19:00~21:00
開催場所 木の広場・及び館内全体
受付方法 mori2Fインフォメーションにて参加申し込み受付中

※ X'masにちなんでエレガントな立ち振る舞いのレッスンを行います。
ドレスアップして、女性はパンプス、男性は革靴でご参加下さい。(トレーニングウェアやスニーカーでも参加できます)
※ 次回1月の「家庭の医学ウォーキング ~正しく歩いて健康長寿!~」は1/20(日)に開催します。

参加費
300円
小学生以下無料



※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。



埼玉県のマスコット「コバタン」