

# 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



花粉が飛散する春こそ  
モールで爽やかウォーキング!

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
3月 1日	第1金	☀️ 朝10:00~11:00 (1時間)	木の広場
3月 8日	第2金	🌙 夜19:30~20:30 (1時間)	木の広場
3月14日	第2木	🌙 夜19:00~21:00 (2時間)	木の広場
3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>	
3月22日	第4金	🌙 夜19:30~20:30 (1時間)	木の広場
3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」

3/14  
(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 直接会場にお越し下さい。

※次回3月の「スペシャルモールウォーキングレッスン」は4/14(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。

