

おかげさまで、モールウォーキングは10周年を迎えました。
これからも地域住民の健康とコミュニティを推進していきます。

元気は、しあわせ。
ハビネスモール



10th anniversary

このフォトモザイクアートはモールウォーキングレッスンの様子を10年間撮影した全16,315枚の写真の中から10,000枚を使用して制作致しました。

開催日	曜日	時間	開催場所
5月3日	第1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>	
5月4日	第1土	夜19:00～21:00(2時間)	木の広場
5月10日	第2金	夜19:30～20:30(1時間)	木の広場
5月17日	第3金	新設 朝10:00～11:00(1時間)	木の広場
5月24日	第4金	夜19:30～20:30(1時間)	木の広場
5月31日	第5金	夜19:30～20:30(1時間)	木の広場

10周年を記念して
第3金曜日も午前中レッスンを開催!

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。

スペシャルモールウォーキングレッスン & 10周年記念イベント

5/4
(土)

開催時間 19:00～21:00 開催場所 木の広場 受付方法 直接会場にお越し下さい

参加費
300円
小学生以下無料

※次回6月の「スペシャルモールウォーキングレッスン」は6/13(木)に開催します。
※3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。



ウォーキングドクター デュク更家さん

※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。

