

レイクタウンで健康ウォーキング!



スポーツの秋! モールウォーキングを初めてみませんか?!



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

無料

第1・3金曜日は午前中、第2・4・5金曜日は夜開催

開催日	曜日	時間	開催場所
9月 6日	第1金	朝 10:00~11:00 (1時間)	木の広場
9月12日	第2木	夜 19:00~21:00 (2時間)	木の広場
9月13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20日	第3金	朝 10:00~11:00 (1時間)	木の広場
9月27日	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

9/12 (木) 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」

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10/13(日)に開催します。
 ※三ヶ月に一度(1・4・7・10月)は「家庭の医学ウォーキング ~正しく歩いて健康長寿!~」を
 mori 3F わんぱくフォレスト前(未来屋書店前)にて17:00~17:30に無料開催します。

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。

