

モールウォーキングレッスス

毎月第1・3木曜日 無料開催



イオンモール伊丹昆陽
モールウォーキング
地域の健康&コミュニティ

毎月
第1・3
木曜日

モールウォーキングレッスス

大切なのは「どれだけ歩くかではなく、どう歩くか」
ウォーキングの基礎を学んで皆で楽しく健康になりましょう!

開催時間 19:30~20:30 (1時間)

参加人数 50名様程度 ※老若男女問わずどなたでもご参加いただけます。

開催場所 1F 緑の広場 or 光の広場 及び 館内全体
※開催場所が変更になる場合がございます。

受付方法 受付不要 直接、開催場所にお集まり下さい。

指導者 デューク更家さん公認ウォーキングスタイリスト

参加費 無料

毎日 セルフモールウォーキング

自分の好きな時間に自分のペースで
歩いて健康になりましょう!



イオンモール伊丹昆陽は365日、モールをウォーキングの場として開放しています。※開放時間 9:00~21:00

心配いらず
No problem!
快適 安全 安心
MALL WALKING



- デューク更家さんの来場は半年に1回となります。
- スニーカーと動きやすい服装でご参加下さい。
- 更衣室のご用意はございませんので各自服装にご留意下さい。
- 貴重品・お荷物の管理は各自で行って下さい。
- 体調管理は十分に行いご参加下さい。
- 今後のスケジュールはホームページやポスターでお知らせしていきます。
- 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、後日ホームページやポスター等で紹介させていただくこともあります。予めご了承下さい。

後援:兵庫県・伊丹市

伊丹市マスコットキャラクター「たみまる」

