



**毎月第1・第3水曜日はモールウォーキングレッスン!**

心配いらず  
No problem!

快適  
安全  
安心

MALL  
WALKING

「モールウォーキング」は文字通り、ショッピングモールの中を健康目的のために歩くプログラムです。イオンモール多摩平の森では「地域の皆さまの健康とコミュニティの推進」を目的に、モールをウォーキングの場として開放しています。室内だから天候・気温・時間に関係なく、快適かつ安全にウォーキングが楽しめます。更に毎月第1・第3水曜日の午前中はウォーキングドクターのデューク更家さん公認のウォーキングスタイリストをお招きして、ウォーキングレッスンを無料開催していますので是非ともご参加下さい。Let's モールウォーキング!



## モールウォーキングレッスン

|      |  |
|------|--|
| 開催日  | 毎月第1・第3水曜日   |
| 開催時間 | 10:30~11:30 (1時間)                                    |
| 開催場所 | 3Fイオンホール 及び館内全体 <small>※都合により会場が変更になる場合もあります</small> |
| 指導者  | TOMOさん (デューク更家さん公認ウォーキングスタイリスト)                      |
| 参加資格 | 老若男女問わずどなたでもご参加いただけます                                |
| 参加人数 | 50名さま程度  |
| 受付方法 | 受付不要 (当日10時半までに開催場所にお集まり下さい)                         |
| 参加費  | 無料   |



ウォーキングスタイリスト  
TOMOさん



- 写真はイメージです。 ●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。 ●ウォーキングされる際は周囲のお客さまに十分お気をつけ下さい。 ●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取め、ポスターや広報誌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: 日野市