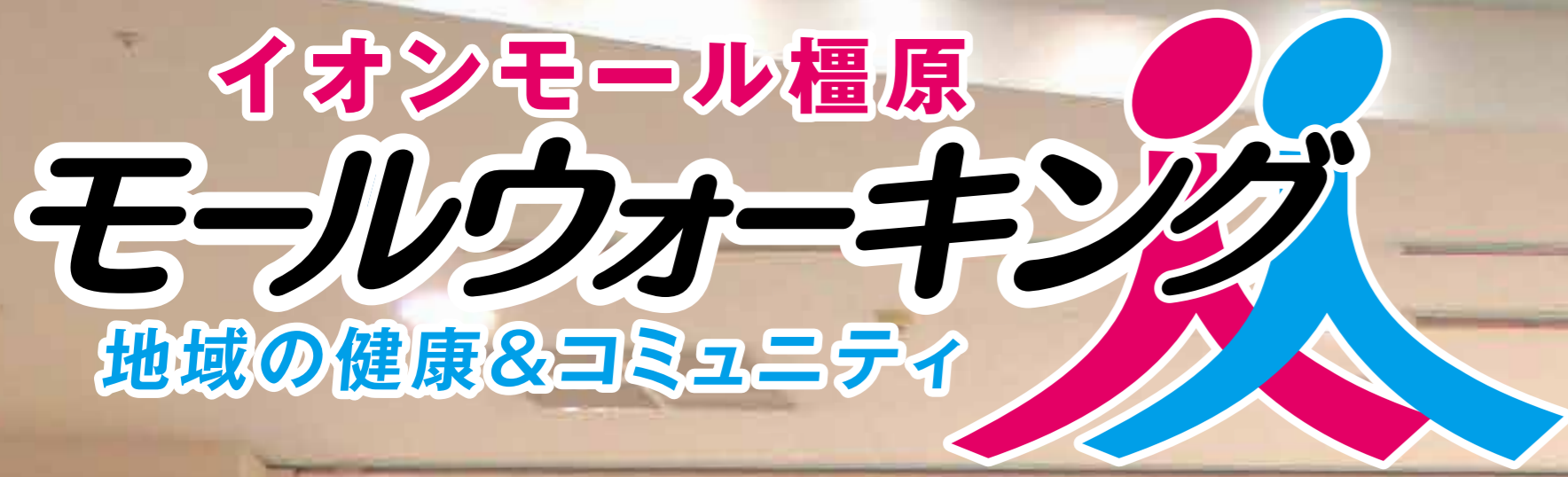


イオンモール榎原で健康ウォーキング！



毎月第2・第4木曜日は
**モールウォーキング
 レッスンの日**
参加無料!



「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。イオンモール榎原では「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2・第4木曜日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

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！



開催日	毎月第2・第4木曜日
開催時間	10:00～11:00 (1時間)
開催場所	開催日によって会場が異なります。 詳細はイオンモール榎原HP、及び館内告知物にてご確認下さい。
指導者	熊野温心 (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	100名さま程度
受付方法	受付不要 (当日10時に開催場所にお集まり下さい)
参加費	無料

