



## モールウォーキングレッスン

ショッピングモールを歩いて健康になろう！ **参加無料!**

AEON MALL X モールウォーキング  
in イオンモールつがる柏



**毎月第3土曜日** **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楽しく健康になりましょう!

【開催日】毎月第3土曜日 【参加資格】 若者男女問わずどなたでもご参加いただけます。  
【開催時間】 10:30～11:30 (1時間) 【受付方法】 受付不要 0173-25-3450 (イオンモールつがる柏)  
【開催場所】 イオンモールつがる柏1階シャコちゃんコート及び館内全体 【参加費】 無料

毎月第3土曜日はモールウォーキングレッスン!  
暑い日でも雨の日でもモールウォーキングなら安心して運動できますよ。  
歩いて健康になりましょう!

日時	毎月第3土曜日10時30分～11時30分
場所	イオンモールつがる柏 1階シャコちゃんコート及び館内全体
お問い合わせ	イオンモールつがる柏 TEL : 0173-25-3450

注) 開始時間・開始時期の変更、もしくは天候による延期や中止となる場合がございます。  
またイベントには、一部有料となるものや事前予約が必要なもの、定員制のものなどございますのでお出かけの際には必ず詳細をお問い合わせください。

