

みんなの コラボ モール de ウォーキング

写真で見るとながくて

12月16日(水)に、イオンモール長久手でみんなの～モールdeウォーキング～を開催しました。31人が参加し、イオンホールで健康ミニセミナーや、歩く力を整える体操を行った後、実際にイオンモール内を歩きました。

みんなのは民間企業とのコラボレーションにより、市内店舗等のスペースをお借りし、楽しく無理なく心地よく身体を動かせる場を創っていきます。今後も市内各所で実施していきますので、ぜひ参加してみてください。



2月の
予定

問 長寿課 ☎56-0639、(株)長久手温泉 ☎64-3511

モール de ウォーキング

ロコモ予防を目的とした、ながくてハーモニー体操と、モール内のウォーキング(約1～2km)を行います。(健康ミニセミナー有り)

時 2月10日(水) 13:00～

場 イオンモール長久手4階 イオンホール

ディーラー de 健康づくり

ながくてハーモニー体操と身体をほぐす運動や栄養セミナーで健康意識を高めましょう。

時 2月16日(火) 9:30～10:30

場 名古屋トヨペット長久手店 駐車場無

時 2月23日(火・祝) 9:30～10:30

場 ネットトヨタ東名古屋 長久手店 駐車場無