



イオンモールは、館内にウォーキングコースをつくりました。

普段のお買物に運動をプラス!

Health! AEON MALL

MALLWALKING

イオンモール ウォーキング

「健康のために何かしたい」と思っているけどなかなか始められない。そんな人におすすめしたいイオンモール館内ウォーキング。お買い物ついでに手軽にできて、天気や気温を気にしなくてもいい。たとえば家族の用事を待つ間、ちょっとだけウォーキングしてみませんか。知らなかったお店や商品との出会いもあるかもしれません。普段のお買い物に運動をプラスして健康に。イオンモールからの新提案です。

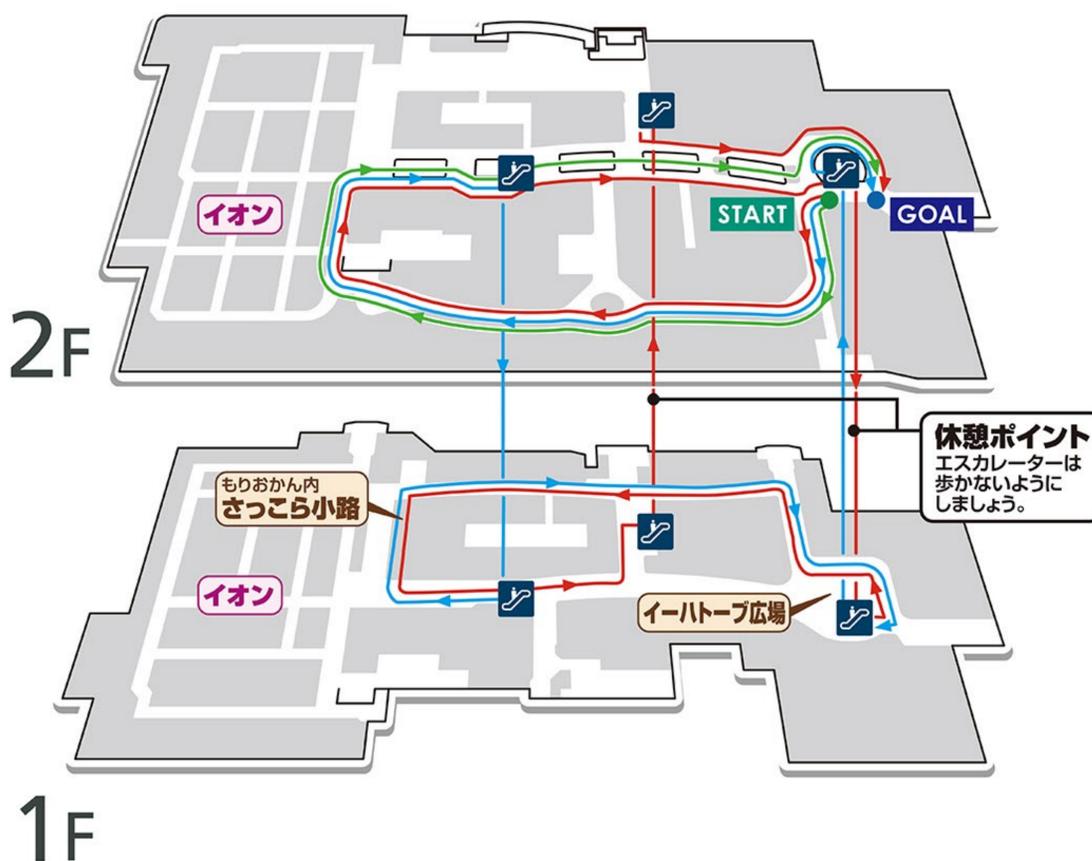
歩行距離・消費カロリーが分かる
ウォーキングサインの設置



正しい歩き方をサポートする
ウォーキングリーフレット



イオンモール盛岡 ウォーキングコース



- ロングコース — 赤
 - 📏 750M
 - 🔥 約 33.75 kcal
- ミドルコース — 青
 - 📏 540M
 - 🔥 約 24.3 kcal
- ショートコース — 緑
 - 📏 350M
 - 🔥 約 15.75 kcal

まわりに気を付けて安全にお楽しみください