7月4日(金)

『ウォーキング教室』を開催しました！

【主催】マルヨシセンター
【後援・協力企業】香川県ウォーキング協会、花王（株）

◆花王（株）によるセミナー

「脂肪燃焼とスポーツについて」
（いつもの暮らしで脂肪を消費しやすくするコツを紹介。）

◆香川県ウォーキング協会指導員の方による指導

①「ウイングポート周辺約 2km をウォーキング」

（途中の石清水八幡神社で休憩と指導タイムを設けました。）

②「ウイングポートに戻ってセミナー受講」

香川県ウォーキング協会　阿波谷様による指導
（ウォーキングを続けるコツの紹介。質疑応答。）

教室終了後、花王（株）とマルヨシセンターより、各社のこだわり商品のお土産が手渡されました。
参加いただいた皆様、お疲れ様でした！