

みんなで歩活2026春応援イベント

目指せ20分で2000歩！ 室内ウォーキング LIVEレッスン

開催日時

毎週**木曜日** (オンライン)
=====
12:30~12:50

参加方法・詳細は[こちら](#)▼



- DAY1 5/ **7** (木) 午後シャキッと！目覚めウォーク
- DAY2 5/ **14** (木) 脚スッキリ！巡りウォーク
- DAY3 5/ **21** (木) 肩ひらいてスッキリ！爽快ウォーク
- DAY4 5/ **28** (木) やり切り爽快！達成ウォーク