



あきた
健康ウォーキング
イン御所野

Health!

AEON MALL

MALL WALKING

イオンモール ウォーキング

実施期間 2019年11月17日(日) ▶ 2020年3月31日(火) イオンモール秋田

イオン健康ポイント受取期間は2020年4月20日(月)~2021年3月31日(水)



タッチスタンド

イオン健康ポイントを貯めるチャンス!
おトクに!楽しく!
ショッピングモールを歩いて健康に!

イオン健康ポイントとは

ウォーキングしながら指定の場所の
スタンドに対象のWAONカードを
タッチすることで貯められるポイントです。

イオン健康ポイントの詳細については裏面をご覧ください。

ヘルスサテライトステーション

- 血圧
- 血管年齢
- お肌年齢
- 体組成

血圧・血管年齢・お肌年齢・体組成が
イオンスタイル御所野1階
薬局コーナー横にて
いつでもご自身で計測できます。



※写真はイメージです。

ウォーキングの 効果

- ① 筋力の向上
- ② 心肺機能の向上
- ③ 体脂肪の燃焼
- ④ 血流の改善
- ⑤ 気持ちのリフレッシュ

ウォーキングの フォーム

- ① 自然な姿勢(前から見て肩・骨盤の位置が水平で、横から見て耳の下に肩がある)をつくる
- ② 膝を伸ばして、かかとから着地
- ③ 足の裏で地面をつかむように、かかとからつま先へ重心移動
- ④ つま先に重心を残してしっかり蹴る
- ⑤ 足の運びは左右それぞれの直線上を踏む
- ⑥ 目線はいつも10~15メートル先を見る
- ⑦ 呼吸は自然に足の動きに合わせて「吸う吸う」「吐く吐く」
- ⑧ 肘を軽く曲げ腕をコンパクトに元よく振る



お得
1

対象のWAONカードを4カ所のスタンドにタッチすることで、イオン健康ポイントが5ポイント付与されます。

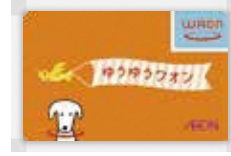
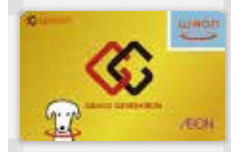
※1日に1拠点1タッチの反応です。
※スタンドへのタッチは順不同です。

イオンは2011年に秋田県と包括協定を締結し、県民の健康増進に協力しています。

ご参加には「あきた元気!WAON」「大好きブラウブリッツ秋田WAON」「G.G WAON」「ゆうゆうワオン」「WAON付きイオンカード」をご用意ください。

発行手数料300円(税込) ※イオンカードは手数料なし

※カードへの登録が必要です!(お一人様、1カード限り) ※初回のみ生年月日・性別・郵便番号の登録が必要です。
※タッチスタンドでご自身で簡単に登録できます。



期間 2019年11月17日(日) ▶ 2020年3月31日(火) ポイント受取期間 2020年4月20日(月) ▶ 2021年3月31日(水)

モール内4カ所に設置されたタッチスタンドに「あきた元気!WAON」「大好きブラウブリッツ秋田WAON」「G.G WAON」「ゆうゆうワオン」「WAON付きイオンカード」でタッチ!1日4カ所のタッチで5イオン健康ポイントがもらえます。

4カ所タッチ ▶ 5イオン健康ポイント

※4カ所全てにタッチしないとポイントは付与されません。

貯めたポイントは

WAON に交換!

100イオン健康ポイント ▶ 100 WAONポイント

※交換は、100ポイント単位です。 ※100ポイント以下は交換できません。

※対象カードは「あきた元気!WAON」「大好きブラウブリッツ秋田WAON」「G.G WAON」「ゆうゆうワオン」「WAON付きイオンカード」のみとなります。(イオンJMBカード(JMB WAON一体型、JMB G.GWAON一体型)は対象外です。) ※ご参加はお一人さま1枚とさせていただきます。(イオン健康ポイントは合算できません。) ※予告無く変更になる場合がございます。 ※新規にWAONカードご購入の場合、ポイント交換には初回1,000円以上のチャージが必要です。

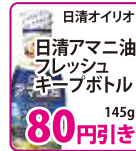
お得
2

さらに、健康クーポンがもらえる!

クーポン発券機
設置場所

イオンスタイル御所野 1Fエスカ横

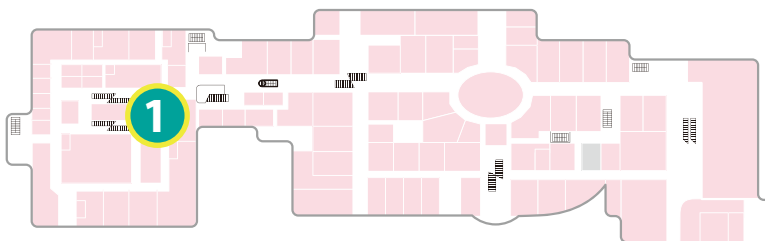
イオン健康ポイントに参加すると1日5枚まで、いつでもクーポンがもらえます。



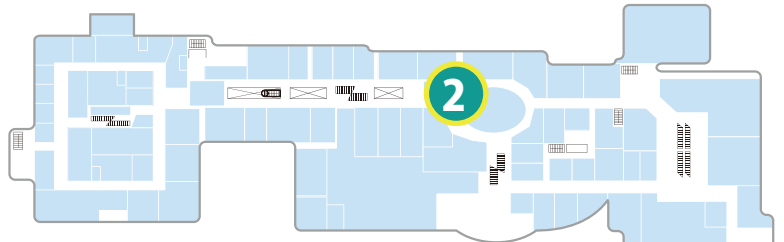
タッチスタンド設置場所

※タッチスタンドの設置場所は変更となる場合がございます。

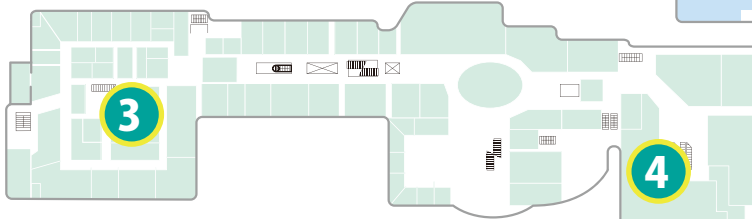
- 1 1Fエスカ横
- 2 2F専門店インフォメーション前
- 3 3Fエスカ横レジ
- 4 3Fスポーツオーソリティ入口



1F



2F



3F

<免責事項> 主催者は、参加されるお客さまの傷病や、その他の事故に際し、主催者の責めに帰すべき事由によるものを除き、応急処置以外の責任を負いません。また、主催者が必要と判断した場合、主催者の故意または重過失によるものを除き、主催者は本事業開始の中止、中断などにより生じた一切の損害賠償義務およびその他一切の責を負わないものとします。