

全2回

無料



料_でさりげなく ステキな 立ち振る舞いを

カラダに負担をかけずに歩くウォーキングの基礎を学び、
自分なりの着こなしやメイクに一工夫加える
潤いある日常を目指しませんか?!

<第1回>

<第2回>

2月22日(土)

3月8日(土)

13:30~15:00

13:30~15:00



レッスン



ファッションショー

場所：平城西公民館 2階大会議室

講師：株式会社Reffect 代表取締役 谷川利佳 さん
ウォーキングトレーナー

対象：奈良市在住・在勤・在学の成人 20人

申し込み：裏面をご覧ください 締切 2月12日(水)

【お問合せ】

(公財)奈良市生涯学習財団 平城西公民館

〒631-0804 奈良市神功4-25

TEL/FAX

0742-71-5711



粹でさりげなくステキな立ち振る舞いを

申し込み方法

<往復はがきの場合>

①講座名 ②名前とふりがな ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 をご記入の上、平城西公民館
(〒631-0804 奈良市神功4-25) まで郵送

※締切後、はがきでご連絡させていただく際、郵便の到着が遅くなる場合があります

※往復はがきの切手代を往信用、返信用とも85円にしてください

<インターネットの場合> ※メールアドレスが必要です

「学ぶなら」で検索、(公財)奈良市生涯学習財団ホームページにアクセス→講座案内
平城西公民館→「講座名『粹でさりげなくステキな立ち振る舞いを』」→参加申込を
クリックして必要事項を入力の上送信。受付完了メールが届いて申込み完了

※締切後、メールにて通知いたしますので、heini@manabunara.jp からのメールを
受信できるよう、あらかじめ設定ください

※お使いのメールソフトによって(特にGmail)は、迷惑メールに振り分けられたり、
迷惑メールフィルター機能でブロックされて届かない場合がありますので、
あらかじめ設定いただきますよう、お願いいたします

<FAX・窓口の場合>

下記申込用紙に必要事項を記入の上、FAX (71-5711) していただくか、

または窓口での申込の場合は切手代85円の通常はがきをお持ちください

※締切後、通知をお送りしますので、受信可能なFAX番号を必ずご記入ください

はがきを使って応募される方へ

2024年10月1日(水)から郵便料金に変更されました。
はがきの新料金は85円です。ご注意願います。



← スマホからの
申込みはこちら

申し込みフォーム

応募締切 2月12日(水)

※申込み多数の場合は、抽選となります

当落に関わらず必ず通知します。通知が届かない場合は平城西公民館までお問合せください。

粹でさりげなくステキな立ち振る舞いを

(ふりがな)		年齢	
氏 名			歳
住 所	〒		
電 話		FAX	

※FAX番号のない方はFAXでの受付はできません

※ご記入いただきました個人情報につきましては、当講座の受付および連絡以外に使用することはありません。