



みなみ ウーマンカレッジ

今年のみなみウーマンカレッジのテーマは、「健康と身体づくり」です。

凝り固まったり、ゆがんだりしている身体をリセットして、

全身をバランスよく整えていきましょう。

日々の生活で取り入れやすい簡単なストレッチなども学びます。

日程 9月13日(金)、27日(金)
10月11日(金)、25日(金)
11月8日(金)、22日(金)
※9月～11月の第2第4金曜日(全6回)

時間 19:00～20:30

会場 南部生涯学習センター ホール

対象 成人女性 16人

会費 1人 1,500円

講師 山下 いくみ氏(静岡市体育協会)

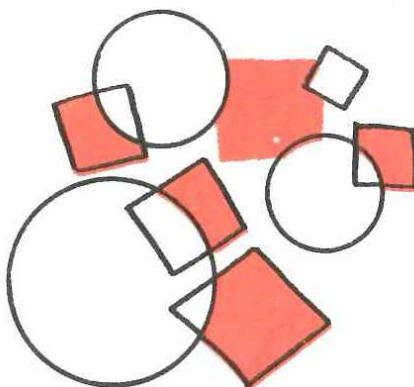


申込方法

往復ハガキに、①講座名、②氏名(ふりがな)
③年齢、④住所、⑤電話番号をご記入の上
南部生涯学習センターまで。**8月30日(金)必着**

(1枚1人・多数抽選) ※HP申込可

※往復ハガキの書き方・HP申込手順は、裏面をごらんください。



往復ハガキの書き方

《外側にして投函する面》

62 往信	〒422-8074 静岡県 静岡市駿河区 南八幡町 25-21 生涯学習センター 行
----------	---

《内側にして投函する面》

62 返信	〒〇〇〇-〇〇〇〇 申込者の名前 様 申込者の住所	①講座名 みなみウーマンカレッジ ②氏名（ふりがな） ③年齢 ④住所 ⑤電話番号
----------	---------------------------------	---

HP から申し込む方法

「静岡市生涯学習センター」で検索するか

URL(<https://sgc.shizuokacity.jp/>)を入力し「静岡市生涯学習センター」のHPへ。

トップページの「講座情報」から「募集中」タブを選択します。

「みなみウーマンカレッジ」を選択します。

(一覧に表示されないときは「もっと見る」をクリックしてください。)

「この講座に申し込む」をクリックし、必要事項を記入して送信します。

送信後、申込み確認メールが届きます。

(確認メールが届かない場合は、南部生涯学習センター(054-281-2184)までご連絡ください。)

申込み多数の場合は抽選になります。

講座受講に関する選考結果は、9月4日頃確認メールと同じ宛先に送付予定です。

【個人情報の取扱いについて】いただいた個人情報は講座実施以外の目的には使用しません

静岡市南部生涯学習センター

指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団

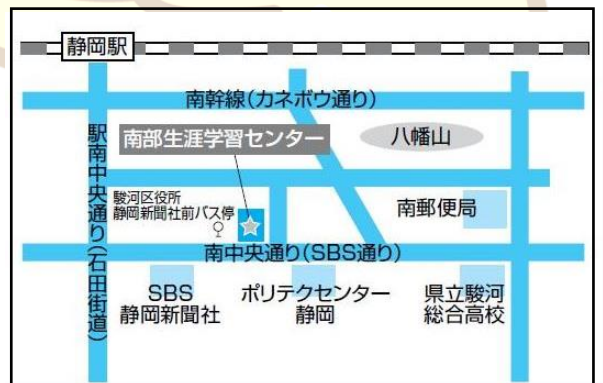
〒422-8074 静岡市駿河区南八幡町 25-21

電話 (054) 281-2184 (月・祝日休館)

<https://sgc.shizuokacity.jp/>

バス 静岡駅南口より「みなみ線(内回り)」にて

「駿河区役所・静岡新聞社前」下車 徒歩約5分



※駐車場に限りがあります。満車の場合は駐車いただけません。