

# スタイリッシュウォーク (火)



美しい姿勢・正しい歩き方と立ち居振るまい

講師 赤岩 廣志

回数	月 日	曜日	テ ー マ	内 容
1	5/12	火	基本姿勢と ステップ	真っ直ぐに立つ意味と体の仕組み、有効範囲、機能、効果、そして人としての形。
2	5/19	火	歩く為の知識と 体のバランスを意識 した動作を知る	身体全体の骨格と筋肉を知り、正しい所作と美しい行動で自らの魅力を考える。 (着る服の有り方やルール等を学ぶ)
3	5/26	火	歩く事と プロトコル・マナー の大切さ	グローバルな世界と社会性のある現社会での歩き方。マナーと品格そして知性ある行動を考えます。 (TPO、感性、自らのアイデンティティをもっと大切に！)

教 材 費	な し
開 講 時 間	19:00~21:00 (2時間)
定 員	10名 (定員になり次第、締め切ります)
場 所	講習室
準 備 す る も の	(女性) パンプス (男性) 靴 ストール、バッグ、ジャケット、コート、スカーフ等 お悩みの品物をお持ちください

- ※ 遅刻や欠席をする場合は、必ず勤労青少年ホームまでご連絡ください。
- ※ やむを得ずキャンセルを希望される場合は、お早めに勤労青少年ホームまでご連絡ください。
- ※ お子さん連れでのご参加はできません。託児室がありませんので、あらかじめご了承ください。
- ※ 受付期間は4月14日(火)~4月20日(月)です。
- ※ 申し込み状況等によって、日程変更や中止の可能性がります。

## 鹿児島市勤労青少年ホーム

〒890-0063 鹿児島市鴨池 2-32-30

TEL(099)255-5771

FAX(099)255-5750

☞yuyukan@living-facility.com

Instagram@yuyukan.kagoshima

ホームページ 🏠 <https://yuyukan.living-facility.com/>



▲ホームページ

申込方法についての  
詳細はHPから。  
申込期間中は申込フォー  
ムも設置されます。  
LINE 公式アカウント  
友だち追加も受付中!



▲LINE  
公式アカウント