

平成31年度 いわき市生涯学習プラザ講座「健康体カづくり講座011」

楽しく！美BODY

募集期間：7月1日(月)～7月20日(土)

ストレッチ・筋力・バランストレーニング等を楽しみながら、
美しい姿勢・身体作りを目指します。



- *開催* 8月23日・30日
9月6日・13日・20日
全5回/金曜日
- *時間* 18:45～20:45
- *場所* プラザ5F
和室(1)(2)
- *対象* 18歳以上
- *定員* 20名
- *受講料* 無料



★講師★吉田 美保

○申し込み方法 次のいずれかの方法で申し込みください。

- (1) はがき(募集期間内必着)
- (2) 生涯学習プラザ窓口へ来館
- (3) ファックス(0246-22-5555)
- (4) 電子メール(info@isgp.jp)

※申し込みの際は、①希望講座名 ②氏名(ふりがな) ③年齢
④性別 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦勤務先(市外の方)

☆1通につき1名で申し込みください。なお、申し込み多数の場合は、《抽選》となります。

☆いわき市内在住および市内に通勤している方が対象になります。

○申し込み先 〒970-8026 いわき市平字一丁目1番地 ティーワンビル5F
いわき市生涯学習プラザ

○問い合わせ ☎0246-37-8888 (電話での申し込みはできません)



メール用QRコード

いわき市生涯学習プラザ講座受講申込書

※二重枠内は漏れなく記入してください。

申込年月日
令和元年 月 日

講座コード	希望講座名		
011	8月開講 『楽しく！美 BODY』 講座		
ふりがな	年 齢	性 別	
氏 名	才	男・女	
住 所 (〒 -)			
電話番号 ()			
上記以外の連絡先 (職場・携帯など日中の連絡先)			
職 業 (勤務先または通学先)			

○申し込み方法 次のいずれかの方法で申し込みください。

- ① はがき (募集期間内必着)
- ② 生涯学習プラザ窓口へ来館
- ③ ファックス (0246-22-5555)
- ④ 電子メール (info@isgp.jp)

○申し込み先 〒970-8026 いわき市平字一丁目1番地 ティーワンビル内
いわき市生涯学習プラザ

○問い合わせ ☎0246-37-8888 (電話での申し込みはできません)

※ 申し込みの際は、

①希望講座名 ②氏名(ふりがな) ③年齢 ④性別 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦勤務先(市外の方)

☆ 申し込み多数の場合は、《抽選》となります。

☆ いわき市内在住および市内に通勤している方が対象になります。

◎プラザ使用欄

受 付 印	受 付 番 号