

# Seo Total Academy

## エレガントマナー基礎講座

真に美しい女性とは、自他への慈しみの心を持ち、心地よいコミュニケーションができる高い人間力を備えた女性のことです。好感を与える佇まいや内面から溢れる気品、どんな場面でも安心して対応できるマナーは、貴女も、周りも、幸せにする一生の宝物になります。

基礎科では、日々のライフスタイルの中でエレガントに振舞うためのマナーをはじめ、美しい姿勢や立ち居振る舞い、表情、挨拶、コミュニケーション、自己表現力、テーブルマナーを身に付けます。フィニッシングコースとしてもおすすめしております。

全13項目 カリキュラム / 各90分		持ち物
1	オリエンテーション・第一印象の重要性	
2	美しい姿勢と立ち居振る舞い(基礎)	パンプス
3	自分らしさの磨き方(パーソナルカラー)	
4	自分らしさの磨き方(パーソナルメイクアップ)	メイク用品・道具一式・卓上鏡
5	魅力的な声の磨き方	
6	美しい日本語の話し方	
7	ウォーキング	
8	お便りの作法	
9	敬意表現(席次、エレベーター・車の乗り方など)	
10	ドレスコード	
11	訪問とおもてなしの作法(案内、お茶の出し方など)	風呂敷
12	テーブルマナーの基礎知識	
13	テーブルマナー実践(修了書の授与を兼ねます)	

### ◆日程◆

・6日間コース 10:00 ~ 13:00 もしくは、13:00 ~ 16:00 1日 3時間 × 6回

・4日間コース 10:00 ~ 15:00(休憩30分) 1日 4.5時間 × 4回

### ◆受講料◆ 220,000円(税込)

入講金 22,000円(税込) 受講料 198,000円(税込) ※テキスト・教材費を含む

※ 全項目を修了した方には、Seo Total Academy より修了書を発行いたします。

※ テーブルマナー実践は別日に日程を設けます。実践の会費は別途頂戴します。

※ 受講料納入後のキャンセルや当日のご欠席は、理由を問わず返金を承ることができません。  
ご了承くださいませ。

※ ご欠席の場合は、個別での補講を1項目60分16,500円(税込)にてご受講いただけます。