スタジオレッスン予約方法のご案内

■応募方法

Ⓐ 専用の用紙に記載していただき、2階受付の無人販売用集金BOXに投函、またはロコモK.Oスタッフ・レッスン担当講師にご提出ください。
専用の用紙はスタジオレッスンご案内コルクボードに設置いたします。

※用紙は今後変更する場合もございます。

Ⓑ ロコモK.O河内長野店の公式LINEより必要事項を入力の上、メッセージの送信をお願いいたします。

必要事項　◎会員番号　◎お名前（フルネーム）
◎参加希望のスタジオレッスン名とその日時

店舗担当者より、確認でき次第ご連絡させていただきます。

※ⒶⒷの方法でのみ応募を受け付けます。お電話や他のメッセージ機能では受付できかねます。

■応募期間

毎月1～10日の期間内に翌月分の参加希望レッスンを募集いたします。

※期間を過ぎますと抽選作業に入りますので応募は締め切らせていただきます。

■当選発表

第3火曜日（スタッフ不在時は翌受付日）の16時頃に店頭・ホームページ・ロコモK.Oアプリにて、抽選の結果を会員番号で発表いたします。

※当落に関しましては、お電話でのお問い合わせはお断りいたします。
また個別にご連絡はできかねますので上記方法よりご確認ください。

※定員に満たないレッスンは当選発表後、店頭・公式LINE・お電話にて随時先着順で受付いたします。

※キャンセルは出来るだけお早めに店頭・公式LINE・お電話でご連絡をお願いたします。

■注意事項

- 応募・予約・キャンセル等に関しましては全てご参加されるご本人様に限らせていただきます。
- 当選権は他の方へ譲渡はできません。
- キャンセルは必ず事前にご連絡をお願いいたします。
当日キャンセルが多い方、また無断欠席をされた方は全ての予約を取り消す場合がございます。
- 自然災害や講師都合により休講・レッスン内容・時間等を変更する場合がございます。

フィットネススクール
ロコモK.O 河内長野店
☎ 0721-63-6565

河内長野店公式 LINE
@010jlvzp

ロコモ K.O 公式アプリ

身体と心を健康に!
毎日を元気に過ごすためのヨガ

リフレッシュヨガ

2026年 12月のレッスンプログラム

	9:30～10:30	18:30～19:30	定員
12/7	リフレッシュヨガ 冬の冷え対策		12
12/14	イスヨガ 優しいストレッチ		13
12/21	ピラティス 横隔膜の機能向上		12
12/28	ストレッチヨガ 体も心も大掃除		12

2026年12月　　スタジオレッスン抽選結果　　ヨガ　　9：30～10：30

日	7日	14日	21日	28日	
定員	12名	13名	12名	12名	
1	20000021	20000021	20000193	20000058	
2	20000058	20000058	20000315	20000315	
3	20000315	20000193	20001027	20001027	
4	20001027	20001182	20001198	20001198	
5	20001229	20001198	20001275	20001229	
6	20001392	20001229	20001321	20001275	
7	20001393	20001275	20001392	20001321	
8	20001394	20001321	20001457	20001392	
9	20001410	20001393	20001500	20001394	
10	20001457	20001394	20001502	20001500	
11	20001500	20001410	20001626	20001502	
12	20001502	20001452	20001633	20001633	
13		20001633			

2026年12月　　スタジオレッスン抽選結果　　ヨガ　　18：30～19：30

日	7日	14日	21日	28日	
定員	12名	13名	12名	12名	
1	20000245	20001010	20000245	20000245	
2	20001010	20001187	20001187	20000246	
3	20001078	20001213	20001213	20001010	
4	20001213	20001300	20001300	20001187	
5	20001300	20001301	20001301	20001213	
6	20001301	20001334	20001334	20001300	
7	20001334	20001383	20001383	20001301	
8	20001450	20001450	20001450	20001334	
9	20001505	20001514	20001505	20001450	
10	20001514	20001542	20001514	20001505	
11	20001633	空き	20001542	20001514	
12	空き	空き	空き	空き	
13		空き			

2026年12月　　スタジオレッスン抽選結果　　HIIT　　13：30～14：15

日	7日	14日	21日	28日	
定員	9名	9名	9名	9名	
1	20000021	20000021	20000315	20000021	
2	20000315	20000315	20001143	20000315	
3	20001143	20001143	20001146	20001143	
4	20001146	20001146	20001147	20001172	
5	20001147	20001147	20001172	20001301	
6	20001172	20001172	20001301	20001505	
7	20001301	20001301	20001500	20001514	
8	20001500	20001514	20001514	空き	
9	20001514	空き	空き	空き	

ご参加の注意点

●予約・キャンセルは、店頭・電話・公式LINEでお問合せ下さい。キャンセル待ち予約は承っておりません。

●全ての受付はご本人様のみとなります。代理でのご連絡、参加枠の譲渡はお断りいたします。

●無断欠席の場合、全ての予約が取り消しとなります。

●受付時間外は対応が出来かねますので、公式LINEよりお問合せ下さい。