

祝

ロコモK.Oイオン湯沢店

期間限定

2025

9/1(月)～

9/30(火)

ご利用いただける店舗が増えます!

ロコモK.O西馬音内店

10月中旬OPEN決定!

2周年記念キャンペーン

どんな体力レベルの方でも安心!
専門インストラクターが一人ひとりに合わせた
トレーニングをサポートします。

1

入会金

0円

(通常 税込 3,300 円)

2

電子キー

発行手数料

1,100円

(通常 税込 3,300 円)

3

初月会費

-1,000円

(通常 税込 3,850 円)

さらに

3人でも
OK!

ペアで
ご入会
いただくと

-1,000円

どちらの店舗で入会しても両店舗を自由にご利用いただけます! 月何日でも1日何時間でもマシン使い放題!

フィットネススクール

ロコモK.O

☎ 0182-23-8484

横手スーパーモールラッキー店 営業時間 9:00～21:00

横手市十文字町仁井田東22-1 スーパーモールラッキー内

イオン湯沢店 営業時間 8:00～22:00 ※1月・2月は 21:00まで

湯沢市字上萩生田162 イオンスーパーセンター湯沢店内

見学 無料体験 入会 の
ご予約は LINE またはお電話にて

公式LINE



ID@215lrgir

見学・無料体験受付中



ご希望の方は
事前にお問合せ
ください

こんな方にオススメ!

- ☒ 運動が苦手でも始めたい
- ☒ 医師から運動を勧められている
- ☒ 健康を維持し、転倒予防を目指したい
- ☒ 無理なく続けられる運動習慣を作りたい



フィットネススクール

ロコモK.O

低価格・使い放題

定額で何度でもご利用可能！



あなたに合ったトレーニングがきっと見つかる！豊富なメニューで無理なく継続！

会員プランはこちら

スタンダード 会員

月何日でも 1日何時間でも
マシン使い放題！ 月額 **3,850円** (税込)

レギュラー 会員 月額 **6,050円** (税込)

目的別の運動教室へ 1コース参加
毎日開催されるフレンドレッスンへの参加無料！

腰痛バイバイコース
月・木 11:00～12:00

正しい姿勢と体の使い方を
学び腰痛を予防し改善に
繋がります！

貯筋コース
火・金 11:00～12:00

筋肉を貯めて一生元気！
スタッフと楽しく筋力
アップしましょう！

燃焼コース
月・木 14:00～15:00

メタボ解消！体力アップ！
体脂肪が気になる方に
おすすめです。

◎入会金 3,300円 (税込) ◎電子キー発行手数料 3,300円 (税込)

ロコモK.O フレンド 月額 **3,850円** (税込)

毎日開催される全てのフレンドレッスンに何度でも参加できます。

- ・かんたんヨガ・エアロビクス・HIIT・ZUMBA®
- ・筋力トレーニング・ストレッチ・やさしいエアロ・ゆるHIIT

※スタジオでのレッスンは横手スーパーモールラッキー店で行います。

高校生会員 月額 **3,850円** (税込)

入会条件：現在、在学中の方（通信制・夜間学校など年齢問わず）に限りです。

※手続きは保護者の方の同席が必要です。

■ 入会後の安心ステップ 入会当日からご利用いただけます

1



体組織測定

身体の中の筋肉量や脂肪量を測定して
バランスなどを見てみましょう。

2



カウンセリング

測定結果を参考にどんな運動が
いいのかトレーナーとお話しましょう。

3



運動メニューのご提案
& マシン説明

目標に向けた運動メニューをご提案し
マシンの使い方をお伝えします。

専門のトレーナーがサポートしますので、どなたでも安心してご利用いただけます！
マシンの使い方を忘れても大丈夫!! 何度でもお伝えします。一緒に運動しましょう!!

無料体験もオススメ ご希望の方はお電話でご予約ください

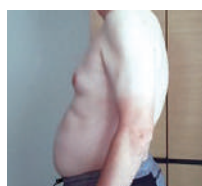
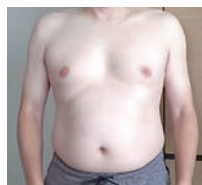
祝

メタボ卒業

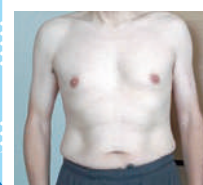
ロコモK.Oでぽっこりお腹の改善に取り組む会員様の例

ロコモK.O横手店会員Mさん (59歳男性)

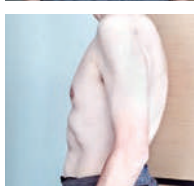
1日目 (2023/9)
体重: 76.3kg
腹囲: 95.5cm



164日目 (2024/3)
体重: 65.8kg
腹囲: 83.0cm



211日目 (2024/4)
体重: 64.0kg
腹囲: 80.0cm



いつも元気いっぱい会員様にパワーをもらっています。栄養と運動で理想の体へ！
食事に関する悩みやトレーニングについてお気軽にご相談下さい！

トレーナー 菅原

資格：栄養士

趣味：スポーツ・スノーボード



かんたんヨガややさしいエアロなど、多彩なプログラムをご用意したロコモK.Oフレンドコースもおすすめです！
目的や生活リズムに合わせて365日いつでも自由にご利用下さい。

店長 鹿角

資格：健康運動指導士

健康運動実践指導者

趣味：ピアノ・山菜採り



■ご入会に必要なもの

お支払（入会金・電子キー代・会費）は全て
カード払いまたは 銀行口座から引落としとなります。
口座引落としをご選択の場合、入会手続き時に下記の
ものが必要です。

銀行口座のわかるもの

銀行のお届印