

フィットネススクール
ロコモK.O



無料開放デー

ご家族やお友達を誘ってロコモ K.O に行こう

5/20(土) 10:00-15:00

上記の時間内は会員様以外でも無料で運動できます

対象

高校生を除く18歳以上の成人の方

※高校生でもロコモK.O会員様のご家族(お子様やお孫様、姪・甥)である場合は、会員の保護者様が同伴の上、在学証明の学生証を提示していただければご利用いただけます。



インボディ **In Body** 測定

- 骨格筋脂肪
- 肥満診断
- 筋肉バランス
- 体脂肪量バランス
- フィットネススコア

インボディ測定であなたの体の状態を細かくチェック!



トレーニング体験会

ミット打ち

各回定員4名
事前予約制

- ①13:10~13:20
- ②14:10~14:20
- ③14:50~15:00

かんたんHIIT

各回定員8名
事前予約制

- ①13:30~13:45
- ②14:20~14:35

空きがあれば当日参加OK! **参加費無料**

必要な持ち物

- ・年齢が確認できる物
※学生の方は学生証
- ・室内シューズ
- ・水分
- ・汗をふくタオル



フィットネススクール
ロコモK.O

24時間営業

河内長野店

☎ 0721-63-6565

〒586-0035 河内長野市小塩町 97-4

入会お問合せ
フォーム

こちらのフォームからお気軽に
お問合せいただけます!



ぜひ見てね!



Instagram

◎ご入会に必要なもの

- ① 銀行口座のわかるもの ② 通帳届出印 又は クレジットカード
- ※お支払は全てカード払い又は銀行口座から引落としとなります。

※スタッフ不在日や受付時間を変更する場合もございます。

