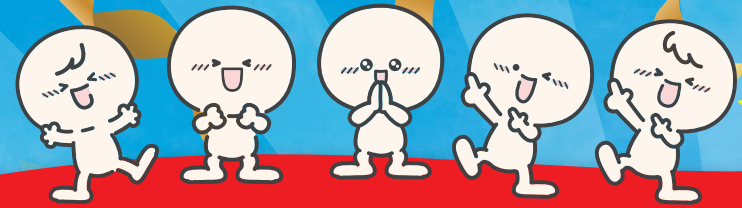


5周年記念ありがとうキャンペーン!!



5/31(土)まで

コミコミパック

ご利用開始月からの会費4ヶ月分
入会金・電子キー発行手数料すべて合わせて

ジムだけご利用プラン
通常 22,000円(税込) ▶ **15,000円(税込)**
スタンダード

ジム+運動教室1つに通う
通常 30,800円(税込) ▶ **20,000円(税込)**
レギュラー

※ご利用開始月プラス3ヶ月(計4ヶ月)が継続の条件です。
割引対象期間中に退会する場合、割引分の請求が発生します。

病院がメディカルアドバイザーの24時間フィットネスです。専門のトレーナーがいるので初めての方も安心してお越しください!

地域に、人に寄添う 学校のように通うフィットネス

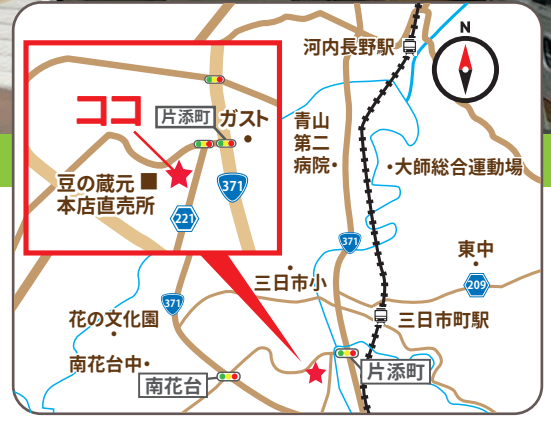
フィットネススクール **24時間営業** ☎ 0721-63-6565
ココモK.O. 河内長野店 河内長野市小塩町 97-4

受付時間 火~金 11:30~19:30 月・土・日・祝 9:00~16:30

〔運営〕株式会社トック 〔メディカルアドバイザー〕 王司病院

※スタッフが不在の日や受付時間を変更する場合もございますので、見学・体験・入会をご希望の方は、事前にお問い合わせ、ご予約下さい。

お問合せフォーム 入会に関するお問合せ
Instagram 店舗のご紹介
公式 LINE お気軽に
お問合せください



裏面もチェック!!

キャンペーン期間外でも、こちらのチラシをご持参いただくと入会金無料!! チラシは捨てずに冷蔵庫など見える場所に貼っておきましょう。

※他キャンペーン・特典との併用不可。チラシ持参特典の有効期限は 2025 年 12 月末日までとなります。

スタンダードプラン

365日24時間
いつでもジムが利用可能

好きな時間に
運動できます!
月々 **3,850円** (税込)



選べるコースプログラム



	火・木コース	水・金コース
10:30 ~ 11:30	ボディメンテナンスコース 痛みや身体の不調を自分自身で改善することを学び実践できるようにしましょう。	貯筋コース 筋肉の量を増やしましょう!正しい姿勢で、マシンでは補えない所を中心に運動していきます。
13:30 ~ 14:30	ちどりあしコース 歩行能力の向上のために、バランス運動や筋力向上運動なども楽しく行っていきます。	燃焼コース 食事、運動、睡眠に対する知識を整理し、脂肪燃焼しやすい身体を楽しく目指しましょう。
14:45 ~ 15:45	腰痛バイバイコース 腰痛の原因や改善方法などの知識を整理し、運動などを通して腰痛の改善を目的とするコースです。	健康寿命 100 歳コース いつまでも自分の足で歩けるように、様々な運動を活発に継続的に行っていきましょう。

レギュラープラン

スタンダードプラン+
選べる運動教室

トレーナーと一緒に
運動しましょう!
月々 (どれか1つ選択) **6,050円** (税込)
※選ぶコース数により料金が変わります。

高校生会員

会員様のご家族の場合
(お子様・ご親族の方)

月々 **3,300円** (税込) / 月々 **2,750円** (税込)

入会条件 ①現在、在学中の方(通信制・夜間学校など年齢問わず)に限ります。
②青少年健全育成条例に基づき、16歳から18歳までの方はご利用時間 5:00から22:00 完全退館となります。

365日24時間 酸素ルーム利用可能

酸素ルーム会員

月々 **14,300円** (税込) プラス 550円でジムも利用可能



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

または クレジットカード をご準備ください。

※お支払は全てクレジットカード払い、または銀行口座から引落しとなります。

※ご利用可能な年齢は中学生を除く15歳以上の方となります。

◆高校生の方は、保護者同席のうえ、学生証などを在学を証明するものもご提示ください。

初心者大歓迎

初めての方・どんな運動をしたら
良いか悩んでいる方

どなたでも安心してご利用いただけるマシンを設置しております。また、専門のトレーナーがサポートしますので、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!!

こんな悩みを運動で改善してみよう!

- 体力の衰えを感じる
- 運動不足なのか息がすぐに切れる
- 膝の痛みや変形・背中の丸さが気になる
- 尿もれや夜間のトイレが気になる
- 歩いているとふらつく

ココモK.Oを
もっと活用しよう!

ココモK.O体験プラン

身体を動かしたいけどどんな所か不安、続けて行けるか自信がない...
そんなお悩み解消のため体験プランを用意しましたので、ぜひ来てみませんか?

- A** 1日 体験プラン **500円** (税込)
- B** 1週間 体験プラン **1,500円** (税込)
- C** 2週間 体験プラン **2,000円** (税込)

※初回体験日より1年間、それぞれの体験プランおひとり様1回ご利用ができます。
体験されたプランは、その後1年間体験できません。

24H 利用OK レンタルスタジオ



鏡完備 タテ約4m×ヨコ約1.7m
Wi-Fi有
24時間換気
空調無料
約6.3m×約5.8m 約33㎡(約10坪)

■ココモK.O会員

1,650円 (税込) / 1時間・何人でも

■非会員

1,870円 (税込) / 1時間・何人でも

※利用者の中に1人でも会員様がいればOK!

運動やダンスなどの教室開催など、お気軽にお問い合わせください。



どなたでも
24時間
ご利用可能

運動の合間にランドリーで洗濯・乾燥して、
時間を有効活用しませんか?

洗濯機

8kg 1回 **300円**
20kg 1回 **700円**
靴用 1回 **200円**

乾燥機

8kg 15分 **100円**
27kg 8分 **100円**
靴用 20分 **200円**