

フィットネススクール

ロコモK.O

マックスバリュ西馬音内店

2025.10.10 金

OPEN!

秋田県
3店舗目

県南で人気のフィットネスジムが
マックスバリュ西馬音内店内にオープン!

オープン特別キャンペーン! 11/24(月)まで

期間中のご入会で最大12,600円お得!!

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

0円

(通常 税込 3,850円)

さらに

ペアでの
ご入会で

1,000円
OFF

さらに

フレンドコース
参加券3枚

ロコモK.O商品
10%割引券

プレゼント

先着
30名様

病院連携型ジムなので若い世代から
ご高齢の方まで幅広い世代の方に
安心してご利用いただけます!

運動が苦手な方、ジムに通うのが初めての方安心してご相談ください。

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

どちらの店舗で入会しても全ての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

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はこちら

マックスバリュ西馬音内店

営業時間 7:00 ~ 22:00

※冬季は 21:00 まで

雄勝郡羽後町字南西馬音内213 マックスバリュ西馬音内店内



LINE



ID@215lrgir

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

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



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コース※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フレンドコース

- ・ かんたんヨガ・エアロビクス・ZUMBA®
- ・ HIIT・筋トレ・チェアストレッチ など

◎横手スーパーモール ラッキー店で毎日開催 ■スタンダード会員: 回数券で参加できます
■レギュラー会員: すべてのプログラムに参加し放題

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) に限ります。
※手続きは保護者の方の同席が必要です。

■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
下記のものが必ず必要です。

銀行口座のわかるもの

銀行のお届印

お気軽に
お問合せ
ください

公式LINE



ID@215lrgir

■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!!



祝

メタボ卒業

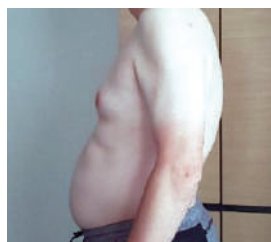
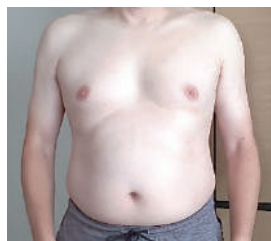
ロコモK.Oでぽっこりお腹の改善に取り組む会員様の例

ロコモK.O横手店会員Mさん (59歳男性)



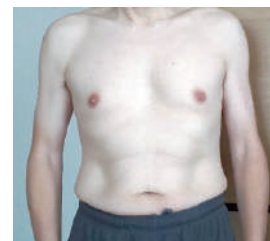
1日目 (2023/9)

体重: 76.3kg
腹囲: 95.5cm



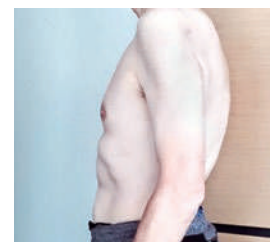
164日目 (2024/3)

体重: 65.8kg
腹囲: 83.0cm



211日目 (2024/4)

体重: 64.0kg
腹囲: 80.0cm



おなか
へこんだ!

たるみ
少し改善!