

フィットネススクール

ロコモK.O

2023 summer スペシャル企画!

若返り筋力アップ キャンペーン

2023.8.1(火) ~ 8.31(木)

いつまでも「いきいきと若々しく過ごしたい」あなたへ
ロコモ K.O で運動をはじめませんか?

全てのマシン使い放題
毎日 9:00 から 21:00 まで営業

月額 **3,850円** (税込)

人生 100 年
健康は自分自身で
選ぶ時代です。
ロコモK.Oでは、ど
んな体力レベルの
方でも自分に合っ
た運動をすることが
可能です。

同時開催

ロコモK.Oチャレンジ

Inbody 測定での初回計測と
約 3 ヶ月後の計測の数値を比較し、
増加した筋肉量率や減少した体脂肪
率の結果次第で次月以降の会費が
最大 2 ヶ月無料に!! ※スタンダード会費分

乗り換え・お帰り特典

他ジムからの乗換の方
ロコモ K.O 再入会の方 **参加費無料**

特典
1

入会金

0円

(通常 税込 3,300円)

特典
2

8 月会費

0円

(通常 税込 3,850円~)

特典
3

電子キー発行手数料

1,100円

(通常 税込 3,300円)

2ヶ月で
効果を実感

ロコモ K.O 若返り筋力チェック

握力
「上肢筋力アップ」
左右両方の握力を測定

立ち上がりテスト
「下肢筋力アップ」
椅子に浅めに座り腕を組み、30秒で
何回立ち上がることができるかチェック

8月 入会測定

筋力アップトレーニング

10月 最終測定

どちらかクリア ▶ 回数券 1 枚プレゼント

両方ともクリア ▶ 回数券 2 枚 +
お試しマッサージ券 1 枚プレゼント

続けられるか心配な方は…

無料体験 がオススメ!

▶ 無料体験の流れ

- ① Inbody 測定
- ② カウンセリング
- ③ 姿勢チェック
- ④ メニュー提案
- ⑤ マシン指導

ご希望の方はお電話でご予約下さい。

フィットネススクール

ロコモK.O

横手スーパーモールラッキー店

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 **無料駐車場完備**

0182-23-8484

受付時間 月・火・木 9:00~19:30
水・金・土・日 9:00~17:00



Facebook



Twitter



Instagram

いいね!♡
フォロー♡
お願いします!

■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 又は 銀行口座から引落しとなります。

クレジットカード払い対応しています



口座引落しをご選択の場合、入会手続き時に
下記のものがが必要です。

銀行口座のわかるもの

銀行のお届印



《 ご都合に合わせてご利用いただける 3つのプラン 》



プラン内容	マシン利用 一日何時間でも マシン使い放題	運動教室 目的にあったコースを選択し、 トレーナーが指導する運動教室 に月 8 回参加できます。	フレンドコース ランダムに開催されるフレンド コースの全てのプログラムに参 加できます。	月額料金 (税込)
レギュラープラン	○	○	○	6,050 円
スタンダードプラン	○	回数券購入で 参加可能	回数券購入で 参加可能	3,850 円
NEW! ロコモK.Oフレンド	×	×	○	3,850 円

レギュラープランの方が選択できる運動教室 ※スタンダードプランの方も回数券での参加 OK!

選べる運動教室 コースプログラム

正しい運動の仕方や姿勢が身に付き、
安全で楽しい運動を提供いたします!

腰痛バイバイコース
腰痛の予防・改善を目的と
したコースです。

月 木 11:00 ~ 12:00

貯筋コース

運動・体力に自信のない方でも、
運動を習慣化するためのコース
です。

火 金 11:00 ~ 12:00

燃焼コース

脂肪燃焼を目的とし、減量や
引き締め、メタボ撃退を目指す
コースです。

月 木 14:00 ~ 15:00

週 2 回のコースを 1 ヶ月 (4 週) 計 8 回行い、長期的な改善をフォローします。

レギュラープラン ロコモK.Oフレンドの方が参加できます!

新しくスタート! フレンドコース ※スタンダードプランの方も 回数券での参加 OK!

ヨガ・エアロビクス・HIIT (燃焼トレーニング)・
ZUMBA・筋トレ・ストレッチなど
月に 25 回以上ランダムに開催されます。

※フレンドコースのスケジュールは、毎月月末に掲示と SNS にてお知らせします。



フィットネススクール ロコモK.O式 ボディメンテナンス マッサージ

疲労回復

血流促進

筋緊張の改善

会員様以外の方のご予約も大歓迎です!

完全予約制 ご予約は店頭またはお電話にて承ります。

レギュラー会員なら
いつでも半額!!

コース	時間	会員特別料金	一般料金
部位別	15分	■レギュラー会員：750 円 ■スタンダード会員：1,500 円	2,000 円
全身	30分	■レギュラー会員：1,500 円 ■スタンダード会員：3,000 円	3,500 円

In Body 測定

で自分の状態を知る

アスリートも使っている測定器で
筋肉量、体脂肪量、内臓脂肪量
だけでなく、ミネラルやタンパク質など
不足している栄養素まで!
あなたの体を細かくチェック!!



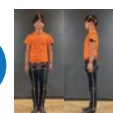
AI姿勢分析でカラダの歪みを可視化!

SK シセイカルテ



予約
不要

測定
無料



AI分析
未来姿勢



数枚の写真撮影のみで姿勢を分析し、
おすすめのトレーニングを提案します。