

# 夏に向けてフィットネス始める!!

2023  
5/16(火)~  
6/18(木)  
まで

## 選べる特典 キャンペーン

入会金

0円

(通常税込3,300円)

選べる特典

疲れやすい足のケアに  
フットマッサージ券  
1枚プレゼント

or

コースのお試しにも使える  
ロコモK.O回数券  
2枚プレゼント

24時間365日 施設使い放題 月額 **3,850円** (税込)

※キャンペーン適用は3ヶ月以上継続が条件となります。

※途中退会の場合はご入会時に免除させていただいた会費を頂きます。

見学・無料体験受付中

フィットネススクール  
**ロコモK.O**

スタッフ駐在店舗でご入会受付中

店舗により受付時間が異なりますので、ホームページ等をご確認ください。



【営業】24時間 【運営】株式会社トック  
【メディカルアドバイザー】王司病院

■長府店 スタッフ駐在店舗  
下関市長府前八幡1-12  
☎083-242-1090

■王喜店 無人店舗  
下関市松屋本町1丁目4-10

■熊野店 無人店舗  
下関市川中豊町7-10-5

■棕野店 スタッフ駐在店舗  
下関市棕野町3-13-32  
☎083-242-0054

■小月店 無人店舗  
下関市小月本町2丁目3-17

■新下関店 無人店舗  
下関市秋根北町8-26

■豊浦川棚店 スタッフ駐在店舗  
下関市豊浦町川棚1534-72  
☎083-242-0043

■菊川店 無人店舗  
下関市菊川町大字下岡枝143-1

どちらの店舗でもご都合に合わせていつでも自由にご利用いただけます!!

facebook



Instagram



フィットネススクール  
**ロコモK.O**を  
体感してみませんか?

無料体験をご希望の方は  
事前にお問い合わせ下さい

※入会資格・条件：高校生を除く満18歳以上の方  
(高校生利用回数券有り)

# 会員種別



## ■スタンダードプラン

365日 24時間  
マシン使い放題

月々 **3,850円** (税込)

さらに、週1回の  
**スタジオレッスン**

- ・ヨガ・骨盤体操
- ・ピラティス
- ・ZUMBA

※各定員 15名 (予約制)

## ■レギュラープラン スタンダード+運動教室

トレーナー指導による運動教室を受講  
(1種選択: 月8回開講)

月々 **6,050円** (税込)~



## 選べる運動教室コースプログラム

### しっかり貯めよう! 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。

### メタボ撃退! 脂肪燃焼コース

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。

### 応援します! 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。

### 身体の整え方を学びます! 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。

### 身体の悩みにズバツと! リハビリ応援コース

リハビリを頑張っている方々に対して、個々の問題点を評価し、より生活のしやすい身体を目指します。

### 歩行改善! 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。

※選ぶコース数により料金が変わります。  
※店舗によって開催プログラムや開催日時が異なります。

### 60歳から始めよう! 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。



## InBody 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。

### ■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 銀行口座から引落としとなります。

クレジットカード払い対応してます



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



## フィットネススクール ロコモK.O

長府店  
棕野店  
豊浦川棚店

長府店 下関市長府前八幡1-12  
☎ 083-242-1090



棕野店 下関市棕野町3-13-32  
☎ 083-242-0054



豊浦川棚店 下関市豊浦町川棚1534-72  
☎ 083-242-0043



フィットネススクール  
ロコモK.O 長府店

受付時間 月 9:00~16:30  
火~金 11:30~19:30  
土・日 9:00~11:00 15:00~16:30  
第5火~金 9:00~12:00 13:00~16:30



フィットネススクール  
ロコモK.O 棕野店

受付時間 月・火・木・金 11:30~19:30  
水 9:00~12:00 13:00~16:30  
土・日 9:00~11:00 14:30~16:30  
第5月・火・木・金 9:00~12:00 13:00~16:30



フィットネススクール  
ロコモK.O24 豊浦川棚店

受付時間 月・火・木・金 9:00~19:30  
水・土・日 9:00~12:00 13:00~16:30  
第5月・火・木・金曜 9:00~12:00 13:00~16:30