

# ／ ロコモコの ／ 3つの特徴

**1** 目的に合わせて  
用意された多彩な  
選べる  
コース!



**2** 課外授業で  
野球観戦や  
イベント企画も  
あり!



**3** 病院連携で  
身体の悩みも  
相談できて  
安心!

※写真は  
イメージです。




## ○ トレーニング月会費

ご予算や目的に合わせて選べる、4つの料金プランをご用意しております。 ※価格は税別。

プラン	プラン内容	月会費	選べるコースプログラム	スタジオレッスン	サロン利用 マシン利用
スタンダード		¥3,500	×	充実したスタジオ レッスンへご自由に ご参加いただけます。	24時間 利用可能
レギュラー	8つある コースより 1つ選択	¥5,500	・しっかり貯めよう! 貯筋運動コース ・メタボ撃退! 燃焼コース ・60歳から始めよう! 目指せ健康寿命100歳コース ・体の整え方を学びます! ボディメンテナンスコース ・体の悩みにズバット! リハビリ応援コース ・歩行改善! ちどりあしコース 他	<レッスン一例> 9:45~10:45 ・かんたんヨガ 11:00~12:00 ・骨盤コロコロ体操 17:30~18:30 ・ピラティス 18:45~19:45 ・ズンバ (Zunba)	
ロコモK.O	8つある コースより 2つ選択	¥7,500			
フルプラン	いくつでも OK!	¥9,260			

選べるコースプログラム 回数券  
1枚・・・ ¥690  
3枚・・・ ¥1,990  
5枚・・・ ¥2,778

## コインランドリーが定額で24時間使い放題!

ロコモK.O会員は...  
会費 + **1,500円**

(例) スタンダード会員の場合  
3,500円 + 1,500円 = 5,000円  
フィットネスジムもランドリーも  
**24時間使い放題**

ランドリー会員は...  
月額 **3,000円**

## フィットネススクール ロコモK.O 長府店

山口県下関市前八幡1-12

【営業時間】24時間

【運営】株式会社トック 【メディカルアドバイザー】玉司病院

**無料駐車場完備**

