

謹賀
新年
2025

ロコモK.Oで体力を作って
元気に冬を乗り越えよう!

2025新春 入会キャンペーン

今年の干支
へビ年の年男年女で
新規ご入会の方には
うれしい
プレゼント付き

2025.2.28(金)まで 受付中

特典1

入会金
0円
(通常税込 3,300円)

特典2

電子キー発行手数料
1,100円
(通常税込 3,300円)

特典3

複数人での
ご入会 **なかよし割**
他ジム
からの **乗り換え割**
1,000円OFF

さらに!

お年玉特典
新春ロコモK.O
チャレンジ
参加特典付き
頑張った分だけ
会費割引のチャンス!

・のりかえ割は他社ジムの会員証または3ヶ月以内に発行された退会証明書等をご持参ください。なかよし割は同時入会でなくてもOKです。
・利用開始月プラス3ヶ月が継続の条件で割引を適応します。期間中の退会の場合は割引対象外となります。

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!

フィットネススクール
ロコモK.O
河内長野市小塩町 97-4
☎ 0721-63-6565
[運営] 株式会社トック [メディカルアドバイザー] 王司病院

24時間営業
河内長野店

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

※スタッフが不在の日や受付時間を変更する場合がございますので、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



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
- 最近運動不足だな
- 肩こりや腰痛を解消したい
- けがをしにくいバランス感覚がほしい
- 骨密度を上げたい



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!!

会員プランはこちら

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)



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。



選べるコースプログラム

ボディメンテナンスコース

火・木 10:30 ~ 11:30

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なります。

貯筋コース

水・金 10:30 ~ 11:30

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。

ちどりあしコース

火・木 13:30 ~ 14:30

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

水・金 13:30 ~ 14:30

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。

腰痛バイバイコース

火・木 14:45 ~ 15:45

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

水・金 14:45 ~ 15:45

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。



高校生会員

月々 **3,300円** (税込)

会員様のご家族の場合
(お子様・ご親族の方)

月々 **2,750円** (税込)

入会条件 ※手続きは保護者の方の同席が必要です。

- 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



どなたでもご利用いただけます

コロンランドリー
モコモコ

24時間
営業中



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

8 kg 1回 **300円**

20kg 1回 **700円**

靴用 1回 **200円**

乾燥機

8 kg 15分 **100円**

27kg 8分 **100円**

靴用 20分 **200円**

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)

■ ロコモK.O会員

1,650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!

■ 非会員

1,870円 (税込) / 1時間・何人でも

運動やダンスなどの教室開催など、お気軽にお問合せください。

◎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。◆高校生の方は、学生証など在学习を証明するものもご提示ください。