ファイブM

入会のしおり

【四条本校】

ウェルネス体操コース

ご入会に伴う手続きや制度についてまとめています。
必ず、ご一読ください。

▼ファイブM 四条本校
〒600―8492　京都市下京区四条烏丸西入月鉾町55　四条ＩＳビル3～6階
TEL：075-255-4401　メール：info@five-m.com
〔電話受付時間〕
月～金曜日 9：30～12：15、13：15～20：00（水のみ19：45）
土曜日 9：30～12：40、13：40～18：00、日曜日 9：30～12：40、13：40～16：00（営業日のみ）

入会のしおり　目次

A れんらくアプリ　3

1）【必須】システム利用者（れんらくアプリ）登録
2）れんらくアプリ（スコラプラス）の機能

B レッスン関連　3

1）レッスンについて・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・3
2）服装・持ち物・更衣室・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
3）クラス予約・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
4）入館確認（チェックイン）・入退館メール・・・・・・・・・・・・・4
5）欠席連絡・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
6）レッスン繰越制度・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
7）追加レッスン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・5
8）送迎について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・6

C 制度　7

1）講習料等・引落しについて・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7
2）コース変更・クラス変更・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・7
3）休会・退会・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・8

D 付加サービス　8

1）特典・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・8
2）マンツーマンレッスン（10分、20分）・・・・・・・・・・・・・・9
3）姿勢測定・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
4）体組成測定・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
5）継続プレゼント・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
6）個人ロッカー契約・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・10
7）グッズショップ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・11

E 個人情報　11

1）個人情報の取り扱いについて
2）写真・動画の掲載について

F その他　11

1）警報・Jアラート発令時・災害発生時避難場所について・・・・11
2）お願い　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・12
3）ご案内　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・12

※表記は全て税込金額です。

A れんらくアプリ

1)【必須】システム利用者（れんらくアプリ）登録

●＜入会手続き資料②＞のメール到着後3日以内に「登録URL」を読み取り、「システム利用者登録」をお願いいたします。

※「利用者登録方法」「レッスンの予約の取得方法/各種設定方法」は下記記URLからご確認ください。

https://www.five-m.com/img/20221024BCMW.pdf

※店舗入会をされる方は、入会手続き時に登録させていただきます。

2) れんらくアプリ（スコラプラス）の機能

●レッスン予約、欠席・振替連絡、イベント等の申込、れんらく受信（配信メール）、諸手続きが行えます。

●休館日のお知らせ・イベント情報（短期体操教室・イベント等のご案内）・災害時の連絡等は、随時、配信メールでお知らせさせていただきます。

※ 1）システム利用者登録完了後、配信開始となります。

●「お知らせ」ページより、諸手続き(届フォーム)、レッスンカレンダー、レッスンタイム、ファイブＭホームページ（会員様専用ページ）、お知らせ･イベント情報、キャンペーン情報、ファイブＭ公式ＳＮＳの情報、スタッフブログ等の確認が行えます。

●「各種情報」ページより、生徒番号、入会のしおり、会員規約等の確認が行えます。

B レッスン関連

1) レッスンについて

●ウェルネス体操コースのレッスン日は、下記カレンダーをご確認ください。

https://www.five-m.com/calendar.html

●レッスンフロアには、レッスン開始10分前から入室していただけます。

●レッスン当日の参加人数、スタッフの出勤状況により、担当スタッフが変更となる場合がございます。また、やむを得ない理由により、年度途中で担当スタッフが変更となる場合もございます。

●身体状況により、グループレッスンに支障があると判断した場合は、プライベートレッスンへの移行をご相談させていただく場合もございますのでご了承ください。

●骨折・怪我・病気等で、長期間レッスンに参加できない場合はご相談ください。

2) 服装・持ち物・更衣室

●6階レッスンフロアでは、動きやすい服装と靴下を着用してください。

●4階に更衣室がございます。ご自由にお使いください。

●4階受付にて、タオル・ウェアのレンタルをご用意しております。
タオル（100円）・Ｔシャツ、パンツ、ソックスの3点セット（550円）等

3) クラス予約

●参加されるクラスをご予約いただきます。予約方法は、
①れんらくアプリ（24時間予約・変更可能）②電話（受付時間表紙(1)ページ参照）③直接フロント又はインストラクターへ（次回以降分）となります。

●次月のご予約は前月**25日より**、当月くりこし分の予約は**翌月より**承ります。

●毎週同じ曜日・時間で予約希望の方は固定予約をすることが可能です。参加クラス固定予約届けをご記入の上、4階受付にご提出ください。但し予約日をお休みされる場合は、予約日の変更をお忘れないようお気を付けください。

4) 入館確認（チェックイン）・入退館メール

●入館時（レッスン前）に4階または6階設置のカードリーダーに、会員カードを「タッチ」してください。
自動音声が「完了」と鳴ったら、チェックイン完了です。
「エラー」と鳴った場合は、スタッフまでお声がけください。
※レッスン予約が出来ていない場合は「エラー」となります。
※会員カードを忘れた方は、6階スタッフにお声がけください。
※会員カードを紛失・ICチップ破損の場合は、再発行(550円)をお願いいたします。

●入館（チェックイン）すると、アプリ通知又はメールが送信されます。
※会員カードを忘れた場合は、入退館メールは送信されません。
※退館時は希望される方のみカードをリーダーに「タッチ」してください。
※入退館メールを希望されない方は、れんらくアプリの「各種設定」「メール受信設定」「入退館メールの受信設定」を「受信しない」に変更してください。

5) 欠席連絡

●欠席・振替登録は、レッスン開始20分前までに「れんらくアプリ（24時間予約・変更可能）」または「電話(受付時間表紙(1)ページ参照)」でお願いいたします。

※レッスン開始20分前までに連絡なくお休みされた場合は、レッスン参加と同様に1回分消化（参加可能回数）させて頂きます。ワンレッスンの場合はキャンセル料1,100円を頂きます。

●ご登録クラス、定員に達しているクラスへは振替できません。別クラスをお選びください。

●会員様が、37.5度以上の発熱、他者への感染の疑いがある場合はお休みください。

●インフルエンザ・新型コロナウイルス・流行耳下腺炎等に感染され、出席停止期間及び症状がある場合は、お休みしてください。

6) レッスン繰越制度

●当月の残回数を、翌々月迄繰越する事が出来ます。但し休会月へはご利用いただけません。休会・ワンレッスンへ変更された場合、繰越回数が消滅いたします。また繰越回数上限は、当月コース回数の倍までとなります。

＜繰越例＞　1月に月4回コース講習料をお支払いいただいた方の例

講習料区分：月4回	1月	2月	3月	4月	5月
参加可能回数	4回	6回（2回+4回）	8回（5回+4回）上限回数	休会(繰越不可)	4回
出席回数	2回	1回	6回	0回	4回
残り回数	2回	5回	2回	繰越回数消滅	0回

7) 追加レッスン

●当月レッスン回数に追加して、参加することができます。（定員に空きのあるクラス限定）

1、お電話（受付時間表紙(1)ページ参照）又は4階受付で『追加レッスン予約希望』とお伝えください。

2、レッスン当日、4階受付で追加レッスン料をお支払いください。

※予約された日程をキャンセルされる場合は、レッスン開始20分前までに「キャンセル連絡用」フォームをご提出、またはお電話でご連絡ください。
「れんらくアプリ」で予約日程の確認はできますが、キャンセルはできません。
20分前までにご連絡がなかった場合はキャンセル料1,100円が必要となります。

8) 送迎について

＜自転車の駐輪について＞

●専用駐輪場はございません。「1階当ビル共有駐輪スペース」が空いている場合のみ駐輪していただけます。

●駐輪スペースに目安となる青ラインをひいておりますので、接触や転倒を防ぐ為、青ライン内に1台ずつ駐輪してください。

●通行の妨げになり大変危険ですので、駐輪禁止場所（下記図参照）へは駐輪しないでください。お子様の乗り降り等、一時的な駐輪もご遠慮ください。

●駐輪スペースが空いていない場合は、駐輪禁止場所・四条通り・歩道等に止めず、周辺の駐輪場をご利用ください。（下記URL **駐輪場ご案内マップ**参照）

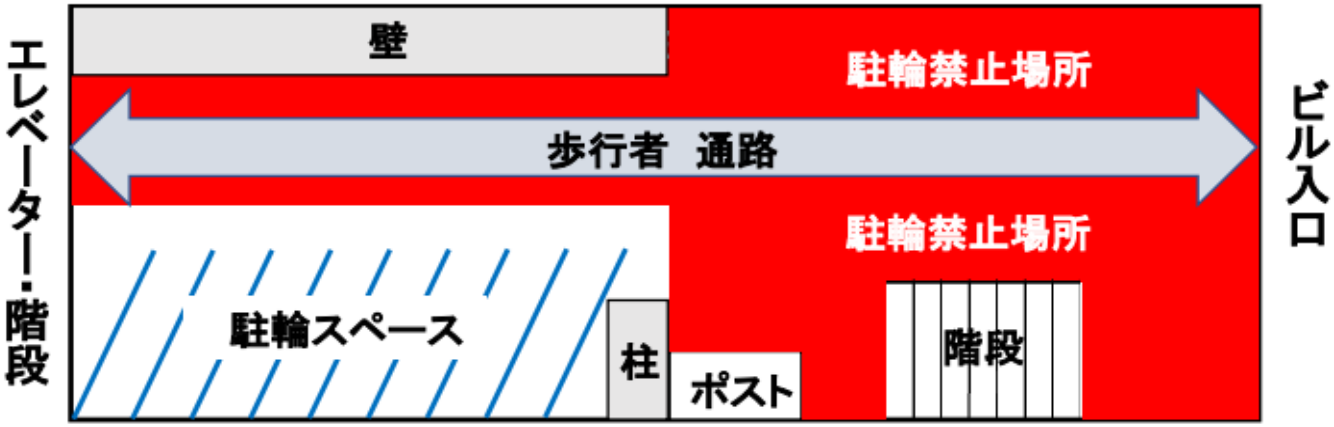
●ベビーカーをご利用の方や、杖をついておられる方もおられますので「歩行者通路」の確保にご協力をお願いいたします。

●幼児用座席が付いている電動自転車は、駐輪スペースから大きくはみ出すことがあり通路が狭くなる可能性があるため、安全のために壁にできるだけ近づけて駐輪してください。

●事故防止のためスタッフも定期的に巡回させていただきます。

※レッスン時以外の駐輪はご遠慮ください。

※駐輪スペース内の盗難・事故等は責任を負いかねますので、ご了承ください。



駐輪場ご案内マップ　→　https://www.five-m.com/img/202304jitennsya.pdf

＜自動車・バイクの駐停車について＞

●専用駐車場はございませんので、周辺のコインパーキングをご利用ください。

●ファイブM四条本校前「四条通り」での長時間にわたる路上駐車は通行の妨げになり、事故の原因にもなりますのでご遠慮ください。短時間での乗降にご協力をお願いいたします。

C 制度

1) 講習料等・引落しについて

●入会金・登録料・講習料・設備費等は、入会月の翌月14日
に指定の口座より引落しさせていただきます。（土日祝に重なる場合は翌営業日）
※ただし、入会月の20日までに口座登録が完了していない場合は、翌々月開始となります。
※ワンレッスンの方は、現金払いとなります。

●「設備費等」として440円/月を、頂戴いたします。ワンレッスンの方は、月初にお支払いください。「あいみんカフェスペース」の利用及び「あいみんカフェのドリンク１日2杯分（コーヒー、みそ汁など）」が含まれます。

●引落し手数料は、1家族1ヶ月分の引落し毎に110円をご負担いただきます。
※ご家族で口座が異なる場合はそれぞれで頂戴します。

●残高不足等で、引落しができなかった場合は、翌月に2ヶ月分まとめて引落しさせていただきます。2ヶ月分引落しができなかった場合は、3ヶ月分から講習料等に加え、延滞事務手数料330円/月 をご請求させていただきます。4ヶ月分未納の場合はレッスンへの参加をお断りさせていただきます。

●パーソナル筋トレ・リラクストレッチ、ほっと癒しゼーション・足指ストレッチ・姿勢測定・追加レッスン料金は引落し対象外のため、現金・PayPay・デビットカードでお支払いください。

●お支払いいただいた入会金、講習料、設備費等は一切お返しできませんので予めご了承ください。（ご家族・翌月への充当もいたしかねます）

●万一の事故に備えて保険に加入しております。（保険料は講習料に含まれています）
事故の場合は保険内で誠意をもって対処させていただきます。
※「保険について」は下記URLからご確認ください。
https://www.five-m.com/img/2021hokenn.pdf

2) コース変更・クラス変更

●前月20日まで（休館日の場合は前日まで）に電話（受付時間表紙(1)ページ参照）又は受付にご連絡ください。ご連絡後に、届けを書面またはれんらくアプリの「お知らせ」内、「諸手続き」より、コース・クラス変更届フォームを提出してください。
※毎月21日0:00～13:29は調整期間の為、フォームの提出はできません。
※変更される月の前々月21日13:30から受付いたします。

●同月内（前月21日～20日）に、お客様都合によるコース変更・クラス変更は1回目無料、2回目以降は都度変更手数料1,100円となります。（引落し）

3) 休会・退会

●休会、退会届は「フォーム提出」又は「電話・受付」にてお手続きください。

〈休会届・退会届フォームで手続き〉

前月20日23:59までに「れんらくアプリ」、「お知らせ」内、「諸手続き」より、**休会・退会届フォーム**を提出してください。

（電話又は直接連絡不要、休会・退会届フォーム提出のみで手続き完了）

※毎月21日0:00～13:29は調整期間の為、フォーム提出できません。

※前々月の21日13:30から受付いたします。

〈電話・受付で手続き〉（受付時間表紙(1)ページ参照）

前月20日まで（休館日の場合は前日まで）に、**電話**（受付時間表紙(1)ページ参照）又は**受付に連絡の上、**届けを書面で提出してください。

（短期休会）1カ月、2か月、3カ月までの休会。

※短期休会は連続する3ヶ月の期間までご選択いただけます。4ヶ月目もお休みを継続される場合は、4ヶ月目以降は長期休会となります。

（長期休会）12カ月までの休会。

※途中復帰される場合は、復帰月の前月20日まで(休館日の場合は前日まで)に、電話又は受付にご連絡ください。

※長期休会お申込みから12ヶ月経過すると自動退会となり、その後の復帰は再入会となります。

（退会）　再入会される際は、再入会金2,750円 ※別途再登録料1,100円必要（引落し）

※再入会の際には、姿勢測定を無料でさせていただきます。

※ワンレッスンの方が3カ月出席されなかった場合は、次月から休会扱いとさせていただきます。

※パパママ会員制度は「お子様の講習料を月払いでお支払いいただいている月」に限りご利用いただけます。お子さまが休会・退会などされる場合は、講習料区分を変更いただきますようお願いいたします。

D 付加サービス

1) 特典

●複数コース登録の方は、月払い講習料の合計金額から10%割引となります。

例）ウェルネス体操コース ＋ ジュニア姿勢・体幹トレコース週1回　等

●会員様の同居ご家族が入会される場合、全コース入会金半額となります。

（会員様が退会されている場合は適用できません(自動退会含む)）

●こども器械体操コース、ジュニア姿勢・体幹トレーニングコース会員の保護者さま対象のパパママ会員制度がございます。詳しくは受付までお尋ねください。

2) マンツーマンレッスン（10分、20分）

●パーソナル筋トレ

参加グループレッスン前後10分間のマンツーマンレッスンです。
1時間の授業だけではちょっと物足りない方、弱いところを特に強化したい方、けがの早期回復を希望される方等にマンツーマン指導をさせていただきます。初回はメニューをお作りいたしますので、ご希望の方はお申し出ください。
担当者の指名はできない旨、ご了承ください。
会員様：10分間1,460円
予約制：ご参加されるグループレッスンの前後のみでご利用いただけます。

●ほっと癒しゼーション

一人一人の柔軟性･筋肉の質に応じて、インナーマッスル（深層筋）までリラックス効果をもたらす関節ストレッチです。血液循環を良くし、疲労物質を取り除き、軽やかに動ける身体作りに最適です。冷え性・肩こり・疲労回復にも効果があります。
会員様　10分間　1,460円、20分間　2,920円
一般　　10分間　1,760円、20分間　3,520円
予約制：当日でもスタッフの空きがあればご利用いただけます。

●リラク・ストレッチ

柔軟性アップとリラックス効果のある、全身を無理なく動かせる筋肉ストレッチです。
筋肉の特性として、自然に伸びることはありませんので、定期的に伸ばす行為がどなたにも不可欠です。内臓機能の働きや代謝率アップにも効果的です。
会員様　10分間　1,460円、20分間　2,920円
一般　　10分間　1,760円、20分間　3,520円
予約制：当日でもスタッフの空きがあればご利用いただけます。

●足指ストレッチ

参加グループレッスン前後10分間のマンツーマンレッスンです。
足指を真っ直ぐに伸ばしたり、横に開いたりするストレッチです。足のむくみ改善効果があり、歩く姿が良くなります。
会員様　10分間　1,460円
一般　　10分間　1,760円
予約制：当日でもスタッフの空きがあればご利用いただけます。

3) 姿勢測定

会員様2,200円、一般3,300円　(所要時間約20分予約制)

●姿勢を、画像・足圧分析・３Ｄイメージを用いて測定させていただき、改善アドバイスをいたします。現状の歪みを自覚して、トレーニングに取り組むことで、スポーツ上達・姿勢改善の効果も上がりますので、定期的な測定をオススメしています。

※「2)パーソナル筋トレ～5)姿勢測定」のサービスは、午前10:00からご利用いただけます。（ご希望の方はスタッフまでお声掛けくださいませ。）

4) 体組成測定

●筋肉・脂肪量の計測により、体の健康状態（運動不足など）を知ることができます。
体幹部・腕・脚の各部位別の結果が出ますので、トレーニングの指標にご活用いただけます。
専用アプリにご登録いただいた方は、無料でご自由に測定いただけます。
測定結果はアプリ内でご確認ください。(ウェルネス体操会員様のみ)
※測定結果用紙の印刷には別途110円いただきます。

5) 継続プレゼント

●ご入会後、継続して体操にご参加された方に節目に粗品を進呈いたしております。
長期継続（10年毎）の会員様には表彰もございます。
※1年継続以降は1年に1回以上のご出席が継続対象となります。

6) 個人ロッカー契約

●ご希望者は更衣室内の一部ロッカーを個人契約いただくことが可能です。レッスンに必要な物は自由にロッカー内で保管いただけます。
利用料：1ヶ月880円、契約期間：毎月1日～月末
※講習料を「銀行引落し」でお支払いの方は、同時に引落しさせていただきます。
　プライベート会員様は現金でお支払いいただきます。
※新規契約は前月15日～月末となります。
※契約更新は自動更新となります。解約をご希望の際は前月20日(ファイブM休館日は前日)
　までに解約届のご記入をお願いします。
※契約時に別途、保証金として5,500円お預けいただきます。（解約時に返却いたします。
　但し、紛失・損傷等があった場合はご返金できません。）

7) グッズショップ

●ご自宅で気軽に運動できる書籍、グッズ、オリジナルTシャツや健康食材、サプリメントもございますので、お気軽にスタッフにお尋ねください。

（書籍）「１日５分でつくる理想のボディ」1,760円

（書籍）「日めくり体幹エクササイズ」1,320円

（書籍）「栄養バランスを考えた理想の和食（書籍）」1,650円

E 個人情報

1) 個人情報の取り扱いについて

当クラブにお申し込みの際に、お客様よりいただきました個人情報は、当サービス案内に利用させていただく事があります。また、ご提供いただいた個人情報をお客様の同意なく目的以外で情報を使用する事はありません。

2) 写真・動画の掲載について

●同意の有無は、入会申込フォームにてご入力いただきます。
入会申込フォームで同意していただいた方は、ホームページ・各種雑誌広告・ブログ・パンフレット・イベントチラシ・ポスター・SNS等に、お子様の活き活きとした写真や動画を掲載させていただく場合がございます。

F その他

1) 警報時の営業・災害発生時避難場所・Jアラート発令時について

●台風等の影響により、各地で「警報・注意報」が発令された場合でも、原則として営業しております。道中の事故・怪我に関しまして責任は負いかねますので、各自の判断でお休み・お振替をお願いいたします。
ただし、下記の場合と、お通いいただくのが危険と判断した場合は、安全確保の為に「臨時休校」とさせていただきます。

・午前7時現在、京都市に「特別警報」（警戒レベル4相当）が発令されている場合
※大雨・洪水・暴風等の「警報」の場合は営業いたします。

・交通機関が運休し、人員確保が出来ずレッスン開講が不可能な場合

臨時休校の際は、れんらくアプリ・メール・ホームページ等で、ご連絡させていただきます。
振替期限・振替レッスンの有無については、後日連絡させていただきます。

●災害発生時はまず施設内で待機し、危険な場合「池坊短期大学」に避難します。その後は、現地スタッフの指示に従います。

●「Jアラート」が発令された場合、その日は「休館日」とさせていただきます。
レッスン中に発令された場合は、その時点でレッスンを中止します。（振替レッスンなし）
※Jアラートとは、地震や津波、弾道ミサイルの発射など、すぐに対処しなくてはならない事態が発生した際に、緊急情報を伝える「全国瞬時警報システム」の事です。

2) お願い

●住所・電話番号・氏名等を変更される場合は、れんらくアプリの「お知らせ」内、「諸手続き」より、住所・電話番号・氏名変更届フォームを提出してください。

●アドレスを変更される場合は、れんらくアプリの「各種設定」から変更してください。

●クラブ内での物品販売・指導等の行為はお断りいたします。

●館内のコンセントはご利用いただけません。

●持ち物の自己管理をお願いします。クラブ内で持ち物・貴重品の盗難・破損・紛失に関して責任を負いかねます。
眼鏡をご利用の方は、更衣時・レッスン中は棚や机の上に置くなど、ご自身で管理してください。また、レッスン中に眼鏡が外れる可能性がある場合は、外していただくか、眼鏡バンド等の着用をお願いします。

3) ご案内

●ご紹介者がご入会された場合は、粗品をプレゼントさせていただいております。
（一部対象外あり）

●諸事情によりレッスンタイム・料金等が変更になる場合もありますので、予めご了承ください。

●お荷物等のお預かりはしておりませんのでご了承ください。

●会員カードは全コース共通となっております。他のコースやファイブM西陣校・上桂校・洛西口校、南草津校でもご利用いただけます。

●当社の会員規約は、下記URLよりご確認ください。
https://www.five-m.com/img/2021kiyaku.pdf

明日の元気と幸せを
ファイブM