

体操で免疫力
を高めよう(^)/

2021年ファイブM 入会キャンペーン



体験期間：2021年5月10日(月)～6月13日(日)
対象校：ファイブM四条本校・西陣校・上桂校・洛西口校
こども器械体操・ウェルネス体操・ジュニア姿勢・体幹トレーニングコース

キャンペーン特典

体験後1週間以内の入会手続きで

入会金**100%OFF**

5,500円⇒**0円** 大人11,000円⇒**0円**

5/10(月)～6/21(月) 13:30迄 限定

更に先着
150名様
限定!

ファイブMおすすめ 【化学調味料無添加】

納豆ベジタブルふりかけ

入会者・紹介者にプレゼント!

※紹介者をご紹介下さった方が、入会された場合に限りです。



特典利用条件・注意事項

- ・特典利用は上記期間中、体験したコースへの入会に限りです。(プライベートコースへの入会は適用外)
- ・無料体験は各コースお1人様1回のみとなります。以前に他校で体験されている方は有料体験1,100円(税込)、同校で体験されている方・元会員の方は一般ワンレッスン料金となります。※こども器械体操4,050円(税込)
- ・入会時空きのあるクラスが対象です。定員に達したクラスへキャンセル待ちされる場合は適用外となります。
- ・体験後1週間を過ぎた場合は、通常の入会金となります。
- ・入会后3カ月間は月謝で継続して頂きます。(5/24まで入会-6~8月・5/25以降の入会-7~9月の3カ月間) 休会・退会・ワンレッスンに変更された場合は、入会金の半額2,750円(大人5,500円)をお支払い頂きます。
- ・他の特典・割引との併用はできません。

こども器械体操コース
鉄棒↓ 跳び箱→



ウェルネス体操コース

ジュニア姿勢・体幹トレーニングコース



明日の元気と幸せを
ファイブM

お問い合わせ・体験予約はこちら

<https://five-m.com/>

ファイブM

検索

☎ 075-255-4401

[四条本校 電話受付時間] (お問合わせは四条本校まで)
月～金10:00～12:15、13:15～20:00
土10:00～12:15、13:15～18:00

[四条本校] 京都市下京区月鉾町四条ISビル3～6階
[西陣校] 京都市上京区大宮一条上る石薬師町684
[上桂校] 京都市西京区桂上野東町103
[洛西口校] 京都市西京区川島六ノ坪町10-2

【感染拡大防止対策】

- 入室時の検温・アルコール消毒 ●常時換気 ●定期的に館内消毒
- 保護者様のレッスンフロアへの入室制限 ●館内マスク着用
(体験会時の保護者様の入室は1名のみでお願いします。)

<https://www.five-m.com/img/202104kitaisaku.pdf>

詳細はこちらの
QRコードから→



～ こども器械体操コースレッスンタイム ～



四条本校

	月		火		水		木		金		土	日	
10:10~10:50			1・2才				1・2才		1・2才		9:40~10:30	定員	定員
11:10~12:00			2・3才				2・3才		2・3才		10:40~11:30	定員	定員
14:40~15:30				年少~年長		年少~年長					11:40~12:30	年少~年長	1年~6年
15:40~16:30	2・3才	定員		年少~2年	2・3才	定員	2・3才	年少~2年		年少~2年	12:40~13:30		1年~6年
16:40~17:30	定員	1年~6年	年少~年長	定員	定員	定員	年少~年長	定員	定員	定員	14:10~3:00	定員	
17:40~18:30	年少~年長	1年~6年	定員	定員		1年~6年	年少~年長	定員	年少~年長	定員	15:10~16:00	定員	
18:40~19:30		1年~6年						年長~6年		年長~6年	16:10~17:00	年長~6年	
19:10~20:00				中高生マットレ						定員	17:10~18:00	定員	

※ 2・3オクラス対象年齢-2018.4.2~2019.4.1生まれの方、1・2オクラス対象年齢-2019.4.2~2020.4.1生まれの方



西陣校

	月	火	水	木	金	土	
14:40~15:30		2・3才	年少~年長	2・3才		10:10~11:00	定員
15:40~16:30	年少~年長	年少~年長	年少~2年	年少~年長	年少~年長	11:10~12:00	定員
16:40~17:30	定員	定員	定員	定員	定員	12:10~13:00	定員
17:40~18:30		年長~6年		1年~6年	年長~6年	14:40~15:30	定員
18:40~19:30		1年~6年				15:40~16:30	年長~6年
						16:40~17:30	定員

※ 2・3オクラス対象年齢-2018.4.2~2019.4.1生まれの方

洛西口校

	火	水	木	金	土	
14:40~15:30	2・3才		2・3才	2・3才	9:40~10:30	定員
15:40~16:30	年少~年長	定員	年少~年長	定員	10:40~11:30	定員
16:40~17:30	定員	年長~5年	定員	年長~5年	11:40~12:30	定員
17:40~18:30	1年~6年	1年~6年	1年~6年	定員	14:10~15:00	定員
					15:10~16:00	1年~6年
					16:10~17:00	1年~6年

※ 2・3オクラス対象年齢-2018.4.2~2019.4.1生まれの方



上桂校

	月	火	水	木	金	土	
14:40~15:30		2.3才	定員	2.3才		9:40~10:30	定員
15:40~16:30	年少~2年	定員	年少~2年	年少~2年	年少~2年	10:40~11:30	定員
16:40~17:30	定員	定員	定員	定員	年長~6年	11:40~12:30	定員
17:40~18:30	定員		定員		1年~6年	15:10~16:30	1年~6年
18:40~19:30					5年~中3		

※ 2・3オクラス対象年齢-2018.4.2~2019.4.1生まれの方



各校、定員のクラスはキャンペーン適用外となります。
(記載は4/20現在、クラスは随時変動します。)



お問い合わせ・体験予約はこちら

<https://five-m.com/>

ファイブM

検索



明日の元気と幸せを



～ ウェルネス体操コース レッスンタイム ～

四条本校

	月	火	水	木	金	土
10:00						
10:05	ベーシック	ベーシック	やさしい	やさしい	バランス	ベーシック
11:05	ひざと腰痛	腰痛	背すじアップ	ひざと腰痛	腰痛	背すじアップ
12:00	ひざ痛30	健脚30	全身30	腰痛30	健脚30	全身30
13:05	疲労回復 ボディコア	ひざ痛	ベーシック	健脚55	ひざ痛	やさしい
14:05	バランス	やさしい	猫背改善	バランス	健脚55	肩こり
15:05		安産				パワフル
16:05						快身ストレッチ
18:05	やさしい ストレッチ	フロア ストレッチ	ひざと腰痛	パー ストレッチ	やさしい	
19:05	ボディアップ ヨガ	パワフル	ベーシック	パワフル	腰痛予防 ストレッチ	

洛西口校

金曜日のみ開講

- ①10:10～11:00 肩・首こりストレッチクラス
肩・肩甲骨・胸周りを中心に全身の筋肉をゆっくりとしたペースで伸ばすストレッチクラス。肩こり、首こり以外にも運動不足解消、身体が硬いなどのお悩みの方にもオススメです。
- ②11:10～12:00 腰痛・ひざ痛予防改善クラス
ひざ痛には「ひざ裏をストレッチ」「下腹・太もも強化」。腰痛には「腰をひねる、反る」で改善を目指します。全身の筋力と柔軟性バランスを整えるクラスですのでその他慢性痛でお悩みの方にもオススメです。



～ ジュニア姿勢・体幹トレーニングコース レッスンタイム ～

四条本校

	月	火	水	木	金	土
12:35						B
17:35		B	B	B	B	
18:35	B	B	B	B	B	
20:05		C	C	C	C	
21:00						

Bクラス(30分間)対象:小2～大人、Cクラス(55分間):対象小5～大人



親子で一緒にご参加していただけます!



洛西口校

月・木曜日のみ開講

- ①18:45～19:15
Bクラス(30分間) 対象:小2～大人
- ②19:30～20:20
Cクラス(50分間) 対象:小5～大人

※体力によっておすすめするクラスが変わります。お問い合わせください。

定員となったクラスはキャンペーン適用外となります。

お問い合わせ・体験予約はこちら

<https://five-m.com/>

ファイブM

検索



明日の元気と幸せを
ファイブM