

《ファイブM四条本校》



# 運動不足解消お試し 3回キャンペーン

## 入会前にウェルネス体操を3回お試し 出来る!! 特別チケット販売中!

55分クラス 金額:6,380円(税込)  
30分クラス 金額:4,400円(税込)

レッスン  
タイム→



販売期間:11月15日(月)~12月27日(月)  
有効期限:チケット購入日から2ヶ月間

※チケット購入はお1人様1回限りとさせていただきます。

**チケット購入特典あります**



**特典1** 10分間お身体調整マンツーマンストレッチ付き  
(10分×3回)

レッスン前後のマンツーマンストレッチにご利用頂けます。「首」「肩」「腰」などお身体の凝った箇所をストレッチで調整させていただきます。チケット購入された際にはこちらでも是非ご活用ください。



**特典2** 3回目のチケット利用後、一週間以内は**入会金無料!**  
(通常11,000円→0円)

まずはお問合せ もしくは、無料体験にご参加ください

## 無料体験実施中

無料体験は下記URLまたはQRコードからお申込みください  
体験の後にチケットをご購入頂けます。

ファイブ M <https://www.five-m.com/freetrial/>  
インターネット環境がない方はお電話ください。

0120-58-4401 075-255-4401



## 紹介特典

本キャンペーン参加者のご紹介者様に素敵なプレゼント!!

### 「リラク・ストレッチ」&「姿勢測定」



※紹介者がこども器械体操、ジュニア姿勢・体幹トレ会員様の場合は保護者様も利用頂けます。

### リラク・ストレッチ15分



リフレッシュ×柔軟性アップ×血行促進  
全身の筋肉をご自身では伸ばしきれない『一步先』まで伸ばします。心身ともスッキリとし、お身体が軽くなります。

通常料金:1,890円(税込)

### 姿勢測定



ミリ単位で歪みを測定!

首の傾き、肩の高さ、骨盤傾き、X脚・O脚、土踏まずのアーチなどなど

姿勢の歪み徹底解剖して美姿勢に

通常料金  
会員様:2,200円(税込)  
一般様:3,300円(税込)



## ウェルネス体操とは?

- ✓ お父さんお母さんの運動不足解消におすすめ!
- ✓ 60歳以上の生涯動ける身体づくりに最適!

やればやるほど、疲れが取れ、バランスよく均整のとれた身体になります。自然治癒力が高まり皆さんをより健康体へ導いてくれる、これこそウェルネス体操です。

バランスのとれた筋力アップとストレッチ

栄養指導

少人数制

内臓強化と免疫力アップ

トレーニング時の姿勢や負荷を補助

採寸+姿勢測定

グループ+個別指導も可

### お客様の喜びの声



✓ ひざ痛改善のために、先生方に指導して頂きました。するとみるみるひざの負担の原因であった体重が10キロも軽減し、気付いた時にはひざの痛みも消えました! <60代 女性>



✓ 体幹を鍛えること、ストレッチを重視していること、食事を大切にしていることなど、健康長寿につながる内容ばかり指導してもらえます。探し求めていた体操教室によく巡り合えました。 <70代 男性>



✓ レッスンで身体の内側からほぐされていく感じがまるでマッサージを受けてるようでした。いつしか体操が「生活のサブリ」&quot;となってしまいました! <40代 女性>

※上記は一部「会員様の声」を掲載しています。ホームページでは多数の声を紹介しています。