

各位

株式会社ファイブM

## 2023年度 クラス登録のご案内

平素は当クラブに多大なるご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。  
さて、新学期を迎えるにあたり、クラス・曜日・時間の確認をさせていただきます。  
新年度（2023年4月）からの希望を、**変更あり・なし**に関わらず下記期間内に、ご提出をお願いいたします。

在籍会員・在籍休会中の方は「**クラス登録フォーム**」又は「**休会・退会届フォーム**」  
どちらかのフォーム提出が必須となります。4月からの予定が分からない方も、現時点での希望を必ずご提出ください。

### 【クラス登録フォーム提出期間】

**1月13日(金)19:00～1月24日(火)23:59**

- ① **1月現在、在籍会員・在籍休会中**でクラス登録をご希望の方は、

**「れんらくアプリ」個人ページ内「申込フォーム」**よりご提出ください。

**希望校・希望コース・対象用の「クラス登録フォーム」**がございました。

※1月在籍クラスへ継続希望は「れんらくアプリ」の個人ページより期間内にご提出の場合、優先登録させていただきます。（代表者名・生徒名・生年月日・電話番号等が入力不要でご提出いただけるのが個人ページです。）**ホームページのURLよりご提出された場合や、2月・3月離籍休会された場合は優先から外れますのでご了承ください。**

1月在籍クラス以外の希望は、先着順登録となります。

**※離席休会中の方は個人ページからの提出はできません。次ページ②へお進みください。**

※1月現在、定員に達しているクラスは、在籍者以外登録できない可能性が高いクラスです。  
その他クラスも定員数を越えた場合、第1希望・第2希望クラス共にご登録できない場合もございますので予めご了承ください。（個別にご相談させていただきます。）

### 《フォーム提出時の注意点》

ごきょうだい(ご家族)でお通いの場合は、フォームの対象学年にご注意ください。

対象外のごきょうだい(ご家族)の情報をチェック・入力すると提出ができなくなります。

例：小学生対象のフォームを提出する際にも、ごきょうだい(ご家族)全員分のお名前が表示されますが、対象会員様の情報のみを入力ください。誤ってチェック・入力された場合は、一旦フォーム閉じ再度ページを開き直してください。

### 《変更・キャンセル方法》

提出済の「クラス登録フォーム」を変更・キャンセルされる場合は「れんらくアプリ」の申込フォームより「**クラス登録 変更・キャンセルフォーム**」をご提出ください。

当社キャンセル手続き完了後(約24時間以内)に「クラス登録フォーム」の再提出が可能となりますので、その後再提出をお願いいたします。

② **新規入会希望の方（離籍休会者・退会者含む）**で、クラス登録をご希望の方は  
ファイブMホームページ → お知らせ・イベント情報 →

**【新規入会者用】2023年度こども器械体操コースクラス登録** よりご提出ください。  
ご提出前に「**新規入会者用 クラス登録のご案内**」をご確認ください。

★ 新規入会者用 クラス登録のご案内↓

<https://www.five-m.com/img/2023sinnkiktouroku.pdf>

《変更・キャンセル方法》

提出済の「クラス登録フォーム」を変更・キャンセルされる場合は、ホームページより  
「クラス登録 変更・キャンセルフォーム」をご提出ください。その後再提出をお願い  
いたします。

**【休会・退会届フォーム提出期間・提出方法】**

**1月5日(木)10:00～1月24日(火)23:59**

**「れんらくアプリ」お知らせ内「諸手続き」** 又は下記URLからご提出ください。

★ 休会・退会届フォーム↓

<http://buscatch.net/scm/five-m/application/index/18442/>

●4月～休会・3月末退会希望の方は「**休会・退会届フォーム**」を1/24(火)23:59までにご提出ください。

※2月～休会・1月末退会の方は1/20(金)23:59までにご提出ください。

※3月～休会・2月末退会の方は1/5(木)～ご提出いただけます。

**【クラス登録完了の連絡】**

2月24日(金)頃、クラス登録フォームにご入力いただいたアドレス宛に

**「クラス登録完了」**メールを送信させていただきます。

[web@five-m.com](mailto:web@five-m.com) からのメールを受信できるように設定をお願いいたします。

※クラス登録確定後の変更は3月20日(月)まで受付しております。（空きのある  
クラスに限る。）

# 四条本校 レッスンタイム 2023.4～

|       | 月           | 火           | 水           | 木           | 金           |
|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 10:10 |             | 親子          |             | 親子          | 親子          |
| 11:00 |             | 1才・2才       |             | 1才・2才       | 1才・2才       |
| 11:15 |             | リトル         |             | リトル         | リトル         |
| 12:00 |             | 2才～年少       |             | 2才～年少       | 2才～年少       |
| 14:40 |             | キッズ         | キッズ         | キッズ         | キッズ         |
| 15:30 |             | 年少～1年       | 年少～1年       | 年少～1年       | 年少～1年       |
| 15:40 | キッズ         | キッズ         | リトル         | リトル         | キッズ         |
| 16:30 | 年少～3年       | 年少～3年       | 2才～年少       | 2才～年少       | 年少～3年       |
| 16:40 | キッズ         | キッズ         | キッズ         | キッズ         | キッズ         |
| 17:30 | 年中・年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |
| 17:40 | キッズ         | キッズ         | キッズ         | キッズ         | キッズ         |
| 18:30 | 年中・年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 | 1年～6年       | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |
| 18:40 | キッズ         | キッズ         | キッズ         | キッズ         | キッズ         |
| 19:30 | 年長～6年       | マツトレ        | マツトレ        | マツトレ        | マツトレ        |
|       |             | 5年～高3       | 5年～高3       | 5年～高3       | 5年～高3       |
|       |             | 1910～2000   | 1910～2000   | 1910～2000   | 1910～2000   |

|       | 土           | 日           |
|-------|-------------|-------------|
| 9:40  | キッズ         | キッズ         |
| 10:30 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |
| 10:40 | キッズ         | キッズ         |
| 11:30 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |
| 11:40 | キッズ         | キッズ         |
| 12:30 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |
| 14:10 | キッズ         | キッズ         |
| 15:00 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |
| 15:10 | キッズ         | キッズ         |
| 16:00 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |
| 16:10 | キッズ         | キッズ         |
| 17:00 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |
| 17:10 | キッズ         | キッズ         |
| 18:00 | 年少～年長 1年～6年 | 年少～年長 1年～6年 |

・リトル2才～年少ー2019.4.2～2021.4.1生まれの方 ・親子1才・2才ー2021.4.2～2022.4.1生まれの方(2022.4.2生まれ以降の歩ける1才児)

# 西陣校 レッスンタイム 2023.4～

|       | 月     | 火                  | 水     | 木                  | 金     | 土     |       |
|-------|-------|--------------------|-------|--------------------|-------|-------|-------|
|       |       |                    |       |                    |       | キッズ   | 10:10 |
|       |       |                    |       |                    |       | 年少～2年 | 11:00 |
|       |       |                    |       |                    |       | キッズ   | 11:10 |
|       |       |                    |       |                    |       | 年中～5年 | 12:00 |
|       |       |                    |       |                    |       | キッズ   | 12:10 |
|       |       |                    |       |                    |       | 1年～6年 | 13:00 |
| 14:40 |       | 14:40～15:25<br>リトル | キッズ   | 14:40～15:25<br>リトル |       | キッズ   | 14:40 |
| 15:30 |       | 2才～年少              | 年少～年長 | 2才～年少              |       | 年少～2年 | 15:30 |
| 15:40 | キッズ   | キッズ                | キッズ   | キッズ                | キッズ   | キッズ   | 15:40 |
| 16:30 | 年少～2年 | 年少～2年              | 年中～4年 | 年少～2年              | 年少～2年 | 1年～6年 | 16:30 |
| 16:40 | キッズ   | キッズ                | キッズ   | キッズ                | キッズ   | キッズ   | 16:40 |
| 17:30 | 年中～5年 | 年中～5年              | 年中～5年 | 年中～4年              | 年中～5年 | 4年～中3 | 17:30 |
| 17:40 | キッズ   | キッズ                | キッズ   | キッズ                | キッズ   |       | 17:40 |
| 18:30 | 1年～6年 | 年長～6年              | 1年～6年 | 年長～6年              | 年長～6年 |       | 18:30 |
| 18:40 |       | キッズ                |       | キッズ                | キッズ   |       | 18:40 |
| 19:30 |       | 1年～6年              |       | 1年～6年              | 1年～6年 |       | 19:30 |

・リトル2才～年少ー2019.4.2～2021.4.1生まれの方

# 上桂校 レッスンタイム 2023.4～

|       | 月                 | 火                                      | 水                 | 木                                      | 金                     | 土                     |       |
|-------|-------------------|----------------------------------------|-------------------|----------------------------------------|-----------------------|-----------------------|-------|
|       |                   |                                        |                   |                                        |                       | キッズ                   | 9:40  |
|       |                   |                                        |                   |                                        |                       | 年少～年長                 | 10:30 |
|       |                   |                                        |                   |                                        |                       | キッズ                   | 10:40 |
|       |                   |                                        |                   |                                        |                       | 年中～4年                 | 11:30 |
|       |                   |                                        |                   |                                        |                       | キッズ                   | 11:40 |
|       |                   |                                        |                   |                                        |                       | 1年～6年                 | 12:30 |
|       |                   |                                        |                   |                                        |                       | 上級<br>12:30～14:00     | 14:00 |
| 14:40 |                   | 11440～1525<br>リトル                      | キッズ               | 11440～1525<br>リトル                      |                       | キッズ                   | 15:10 |
| 15:30 |                   | 2才～年少                                  | 年少～年長             | 2才～年少                                  |                       | 1年～6年                 | 16:00 |
| 15:40 | キッズ               | キッズ                                    | キッズ               | キッズ                                    | キッズ                   | 年少～2年                 | 16:30 |
| 16:30 | 年少～2年             | 年少～2年                                  | 年少～2年             | 年少～2年                                  | 養成<br>16:00～<br>17:30 | キッズ                   | 16:40 |
| 16:40 | キッズ               | キッズ                                    | キッズ               | キッズ                                    | 年長～6年                 | 育成<br>15:00～17:00     | 17:30 |
| 17:30 | 年長～6年             | 1年～6年                                  | 1年～6年             | 1年～6年                                  | キッズ                   | 選手<br>15:00～21:00     | 17:40 |
| 17:40 | キッズ               | 上級<br>17:30～19:00                      | キッズ               | 上級<br>17:30～19:00                      | 1年～6年                 |                       | 18:30 |
| 18:30 | 1年～6年             |                                        | 1年～6年             |                                        | キッズ                   |                       | 18:40 |
| 18:40 |                   |                                        |                   |                                        | 4年～中3                 | 上級<br>18:30～<br>20:00 | 19:30 |
| 19:30 | 選手<br>17:30～21:00 | 育成<br>17:30～19:30<br>選手<br>17:30～21:00 | 選手<br>17:30～21:00 | 育成<br>17:30～19:30<br>選手<br>17:30～21:00 |                       |                       | 21:00 |
| 21:00 |                   |                                        |                   |                                        |                       |                       |       |

・リトル2才～年少ー2019.4.2～2021.4.1生まれの方

・養成(月)17:30～18:30、(木)16:00～17:30 ・上級(火)(水)(木)17:30～19:00、(金)18:30～20:00、(土)12:30～14:00

# 洛西口校 レッスンタイム 2023.4～

|       | 月 | 火     | 水     | 木     | 金     | 土     |       |
|-------|---|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|       |   |       |       |       |       | キッズ   | 9:40  |
|       |   |       |       |       |       | 年少～年長 | 10:30 |
|       |   |       |       |       |       | キッズ   | 10:40 |
|       |   |       |       |       |       | 年少～年長 | 11:30 |
|       |   |       |       |       |       | キッズ   | 11:40 |
|       |   |       |       |       |       | 1年～6年 | 12:30 |
|       |   |       |       |       |       |       |       |
| 14:40 |   |       | リトル   |       | リトル   | キッズ   | 14:10 |
| 15:25 |   |       | 2才～年少 |       | 2才～年少 | 年少～年長 | 15:00 |
| 15:40 |   |       |       |       |       | キッズ   | 15:10 |
| 16:30 |   | キッズ   | キッズ   | キッズ   | キッズ   | 1年～6年 | 16:00 |
| 16:40 |   | 年少～1年 | 年少～1年 | 年少～1年 | 年少～1年 | キッズ   | 16:10 |
|       |   | キッズ   | キッズ   | キッズ   | キッズ   | 1年～6年 | 17:00 |
| 17:30 |   | 年長～5年 | 年長～5年 | 年長～5年 | 年長～5年 |       |       |
| 17:40 |   | キッズ   | キッズ   | キッズ   | キッズ   |       |       |
|       |   | 1年～6年 | 1年～6年 | 1年～6年 | 1年～6年 |       |       |
| 18:30 |   | キッズ   | キッズ   |       |       |       |       |
| 18:40 |   | 1年～6年 | 1年～6年 |       |       |       |       |
| 19:30 |   |       |       |       |       |       |       |

・リトル2才～年少ー2019.4.2～2021.4.1生まれの方

# こども器械体操 コース案内・講習料

2023.4～

(すべて税込価格)

| コース名 | 年齢・学年                                            | レッスン内容                                                                                                                                                                                       | 開講校                                | 講習料 ※1                                               | 回数                                                                 |
|------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| 親子   | 1才・2才<br>(保護者)<br>2021.4.2～<br>2022.4.1<br>生まれの方 | 保護者と一緒に「歩く」「走る」「登る」「跳ぶ」など全身運動を行います。(鉄棒・とび箱・平均台・トランポリン等使用したサーキット運動)<br>1才・2才時にたくさん身体を動かすことで脳も刺激され運動能力向上と共に、心の発育を促します。同世代のお子様と集団活動することにより社会性も身についていきます。<br>(50分レッスン)                           | 四条本校                               | ¥8,800                                               | 週1回/3ヶ月11回                                                         |
| リトル  | 2才～年少<br>2019.4.2～<br>2021.4.1<br>生まれの方          | 「走る」「跳ぶ」「まわる」を基本に先生の真似から始め、楽しく体操に取り組むことを第一にレッスンを進めます。(鉄棒・とび箱・平均台・トランポリン等使用したサーキット運動)<br>その中で、集団生活に必要な「挨拶」「返事」「座って待つ」「話を聞く」など基本的なことも少しずつ身に付けられるように目指します。保護者の方は見学していただきます。<br>(45分レッスン)        | 四条本校<br>西陣校<br>上桂校<br>洛西口校         | ¥8,800<br>¥8,140<br>¥7,810<br>¥8,360                 | 週1回/3ヶ月11回                                                         |
| キッズ  | 年少～年長                                            | 基礎体力作りを中心に、無理なく楽しみながら、技術のステップアップを目指します。また、集団生活に必要な約束事やルールも身につけられるように指導していきます。「マット・鉄棒・とび箱・平均台・トランポリン etc.」の体操技術練習と「筋力トレーニング・基礎運動 etc.」の練習を毎週2～3種目ずつ行います。<br>(50分レッスン)                         | 四条本校<br>四条本校<br>西陣校<br>上桂校<br>洛西口校 | 月～土 ¥8,800<br>日 ¥8,000<br>¥8,140<br>¥7,810<br>¥8,360 | 週1回/3ヶ月11回<br>週1回/3ヶ月10回<br>週1回/3ヶ月11回<br>週1回/3ヶ月11回<br>週1回/3ヶ月11回 |
|      | 1年～6年                                            | 基礎(柔軟や筋力トレーニング)から小学校の体育で行う内容の習得を目指し、さらに高度な技「バク転・宙返り」などにもチャレンジしていきます。<br>「マット・鉄棒・とび箱・平均台・トランポリン etc.」の体操技術練習と「筋力トレーニング・基礎運動 etc.」の練習を毎週2～3種目ずつ行います。<br>(50分レッスン)                              |                                    |                                                      |                                                                    |
|      | 中1～中3                                            | 小学生コースで練習してきた技を基にし、更に難しい技「マットで前方宙返りや転回連続、トランポリンで前方宙返りひねり等」を練習し、筋力や感覚が伴ってきた中学生だからこその練習内容を、細かく段階を追って楽しく練習していきます。<br>(50分レッスン)                                                                  | 西陣校<br>上桂校                         | ¥8,800<br>¥8,440                                     | 週1回/3ヶ月11回                                                         |
| マットレ | 5年～高3                                            | ストレッチと全身の筋力トレーニングを約20分間、マット運動を約30分間行います。基本的な「前転」「側転」「倒立」から「バク転」「宙返り」のような難度の高い技にもチャレンジしていきます。<br>体力をつけることで集中力が高まり、勉強の効率も高まります。その他ストレス解消、受験勉強を乗り切る体力作り、運動不足改善や体力アップをしたい方にもオススメです。<br>(50分レッスン) | 四条本校                               | ¥9,490                                               | 週1回/3ヶ月11回                                                         |
| 養成   | 年中～1年                                            | テストに合格した4～6才対象。体操選手となるために必要な柔軟・筋力トレーニング・技の基礎練習を中心に練習していきます。大会に出場することも1つの目標とし、経験を積み上級コースや育成コースに進めるように指導していきます。<br>(60分と90分の週2回レッスン)                                                           | 上桂校                                | ¥17,680                                              | 週2回/3ヶ月22回                                                         |
| 上級   | 1年～中3                                            | マット「ロンダード・転回」、跳び箱「ヘッド転回」、鉄棒「前まわり・ひこうきとび」が出来る方対象のコースです。(テスト合格者のみ)<br>より高度な技(転回連続、ロンダードバク転、前方宙返り等)の習得を目指します。一人一人が自らの目標を持ち練習に取り組み、大会(ファイブM杯・対外試合等)に出場し、日頃の練習成果を発表していただきます。<br>(90分レッスン)         | 上桂校                                | ¥13,370<br>¥21,390                                   | 週1回/3ヶ月11回<br>週2回/3ヶ月22回                                           |

・全クラス別途、設備費等¥330、引落とし手数料¥110(口座毎)が必要

・複数コース・週2回登録の方は月払い講習料の合計金額から10%割引

※1 講習料は2022年3月25日以降に入会された方の価格となります。