

【四条本校】ファイブM短期体操教室 受講案内

受講に際してのご案内です。必ずご確認の上ご参加ください。

《服装》

- ・**体操服**、またはそれに準ずるもの

《持ち物》 ※上靴不要

- ・お茶かお水の入った**「水筒」**
- ・なわとび基礎・応用コースのみ身長にあった**「なわとび」**

※なわとび基礎・応用コースのみ上靴(靴下)着用可です。必要な方はご持参ください。

《当日の流れ》

- ・受付 : レッスンフロアで実施します。※フロアは 3 ページ参照、当日は各階に掲示
名前シールを毎日受取、胸に貼付ください。(名前シールで出欠確認しております)
- ・開場 : レッスン開始 5 分前 (なるべく体操服等にお着替えした状態でお越しください)
来館後に着替える場合↓
小学生以上の方…4 階更衣室(レッスン開始 10 分前から使用可能)でお着替えください。更衣室内の
ロッカーはご利用いただけません。レッスンフロアの荷物置き場をご利用ください。
幼児の方…レッスンフロアに入室してからお着替えください。
- ・入室 : 参加者のみ
※S10 親子はじめて体操、S12 はじめて体操、S20 姿勢・体幹コースのみ保護者様の付き添いが必要
ですので、参加者と保護者様 1 名入室可能です。
- ・トイレ : レッスンフロア外(廊下)にございます。レッスン中トイレに行かれる場合、一人でトイレに行けない
お子様は保護者の方が付き添いをお願いします。
- ・レッスン観覧 : 「YouTube 限定ライブ配信(映像のみ・音声なし)」又は 4 階奥の「あいみんセルフカフェ(有料)」
にてご覧ください。
★YouTube 限定ライブ配信の詳細・閲覧方法 → <https://www.five-m.com/img/tannkiraibu>
※S20 姿勢・体幹・柔軟測定 & 改善トレーニングコースの「ライブ配信」はございません。
★あいみんセルフカフェ ご利用方法 → <https://www.five-m.com/img/202301aimin.pdf>

《欠席連絡》 ※連絡はウェブのみ

- ・参加レッスン開始 20 分前までに、**欠席連絡フォーム**でご連絡ください。
例: 10:00～11:00 クラスに参加の場合、9:39 までに欠席連絡フォーム提出
★欠席連絡フォーム → <https://scr.buscatch.net/application/?f=five-m&i=122234>

《振替》 ※予約・キャンセルはウェブのみ

- ・参加レッスン開始 20 分前までの「欠席連絡」又は「振替予約」で、**四条本校の通常レッスン**に振替可能です。
レッスン開始 20 分前を過ぎての連絡、連絡なし欠席の場合は、振替をご利用いただけません。
※通常レッスンに振替された場合、ライブ配信はご覧いただけません。
- ・回数 : 各コース 1 回
- ・期間 : 2026/4/5(日)～4/29(水・祝) (各校営業日に限る)
- ・予約 : 振替予約は 3/25(水)10:30～開始、振替日の前日 17:59 まで予約可能
★振替予約ページ → <https://www.five-m.com/event/26harutankihurikae.html>
- ・振替時は、レッスン時間・内容・担当スタッフが変更になる場合がございますので、予めご了承ください。
- ・現会員の方で、通常レッスンに短期分を振替される際、会員カードは通さないでください。(エラーとなります。)
- ・振替予約のキャンセルは、下記、**振替予約キャンセルフォーム**にて、ご連絡ください。(1 回のみ可能)
★振替予約キャンセルフォーム → <https://scr.buscatch.net/application/?f=five-m&i=122243>
- ・特別措置 : 新型コロナウイルス・インフルエンザ・骨折・入院等での欠席が対象となります。
特別措置(振替可能回数変更)ご希望の方は、参加レッスン開始 20 分前までに**欠席連絡フォーム**提出後、
返信メール記載の、**短期教室特別措置申請フォーム**もご提出ください。(申請期限: 欠席日より 1 週間以内)

《保険》

- ・万一の事故に備えて保険に加入しております。(受講料に含む)
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。詳細は、下記 URL からご確認ください。
<https://www.five-m.com/img/2021hokenn.pdf>

《キャンセル》

- ・申込み完了後(申込コース開始日 1週間前の 12:00迄)にお客様都合でのキャンセル、対象学年・参加基準等の間違えによるキャンセルの場合は、手数料 550 円(税込)を引いた金額を返金させていただきます。
- ・申込コース開始日の 1 週間前 12:00 以降のキャンセルによる受講料の返金はできませんので予めご了承ください。キャンセルの連絡は、電話(四条本校 075-255-4401)又はメール(info@five-m.com)でお願いします。

《短期参加特典》

- ・参加コース最終日より 1 ヶ月以内のご入会手続きで、**入会金半額 2,750 円**
- ※初日レッスン参加後より特典適用可能
(入会手続き方法は、初日レッスン時に配布する「入会までの流れ」を参照ください)
- ※グループレッスンへの入会に限ります。(プライベートレッスンへの入会除く)
- ※参加特典期限内に、入会枠キャンセル待ち登録された場合、入会時に入会金半額 2,750 円となります。

《お願い》

- ・スマートフォン等での撮影は可能ですが、他のお子様の撮影はご遠慮ください。
個人のブログや SNS 等に投稿する際、他のお子様が写っているものを載せないように十分ご注意ください。
- ・短期教室の様子を当社ホームページや SNS 等に掲載させていただく場合がございます。予めご了承ください。
- ・ベビーカーでお越しの方は、折りたたんでレッスンフロア前廊下に置いてください。
- ・持ち物の自己管理をお願いします。持ち物・貴重品の盗難・破損・紛失に関しては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。

《送迎時のお願い》

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。
- ・接触や転倒を防ぐ為、目安となる青ラインをひいておりますので、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 周辺駐輪場ご案内マップ参照)
- ・ベビーカーをご利用の方や、杖の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などは、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。



周辺駐輪場ご案内マップ → <https://www.five-m.com/img/202304jitenhsya.pdf>

自動車・バイクの駐停車について

- ・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。

《レッスンフロア案内》

受付、名前シールのお渡しはレッスンフロアで行います。
レッスンフロアへは、レッスン開始5分前よりお入りいただけます。

日数	日 程	時 間	コ ー ス		対 象	受付 レッスンフロア
4日	3/25(水)～28(土)	10：00～10：50	S1	体操4種目(50分)	新年少～新1年	3階
		10：00～10：50	S2	体操4種目(50分)	新1年～新6年	5階
3日	3/25(水)～27(金)	11：05～12：15	S3	毎日体操4種目(70分)	新年中～新2年	3階
		11：05～12：15	S4	毎日体操4種目(70分)	新2年～新6年	5階
		13：30～14：20	S5	なわとび基礎(50分)	新年中～新6年	3階
		13：30～14：40	S6	毎日体操4種目(70分)	新年中～新4年	5階
		14：35～15：35	S7	ボールつき・投げ基礎(60分)	新年中～新4年	3階
		14：55～15：55	S8	バク転(60分)	新年長～新4年	5階
		14：55～15：55	S9	体育攻略「逆上がり」(60分)	新年中～新4年	5階
2日	4/1(水)・2(木)	10：00～10：45	S10	親子はじめて体操(45分)	新1才児～新2才児	3階
4日	4/1(水)～4(土)	10：00～10：50	S11	体操4種目(50分)	新年少～新1年	5階
2日	4/1(水)・2(木)	11：00～11：45	S12	はじめて体操(45分)	新2才児～新年少	3階
4日	4/1(水)～4(土)	11：05～11：55	S13	体操4種目(50分)	新年～新6年	5階
		13：30～14：40	S14	毎日体操4種目(70分)	新年中～新2年	3階
		13：30～14：40	S15	毎日体操4種目(70分)	新2年～新6年	5階
		14：55～15：45	S16	なわとび基礎(50分)	新年中～新6年	3階
		14：55～15：45	S17	なわとび応用(50分)	新年中～新6年	3階
		14：55～15：45	S18	バク転(50分)	新年長～新4年	5階
		14：55～15：45	S19	体育攻略「逆上がり」(50分)	新年中～新4年	5階
2日	4/1(水)・2(木)	16：00～17：00	S20	姿勢・体幹・柔軟測定&改善トレーニング(60分)	新2年～新中3	6階
		16：00～17：20	S21	小学校受験・入学準備サーキット(80分)	新年長～新1年	5階
	4/3(金)・4(土)	10：00～11：00	S22	運動能力向上「体幹トレ」×「鉄棒・マット運動」(60分)	新年長～新6年	3階
		11：15～12：15	S23	足が速くなるかけっこ教室(60分)	新年長～新5年	3階