



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 プライベート

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 I S 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・・・・・・・・・・・・・・・・3
- 3) 予約・キャンセル・・・・・・・・・・・・・・・・・・4
- 4) 入館確認(チェックイン)・入退館メール・・・・・・・・5
- 5) 送迎について・・・・・・・・・・・・・・・・・・6

C 制度 7

- 1) 講習料等・引落としについて・・・・・・・・・・7
- 2) コース変更・・・・・・・・・・・・・・・・・・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

- グループレッスン予約・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・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。
- 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。
- やむを得ない理由により、当日のスタッフが変更となる場合もございます。

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) 予約・キャンセル

- レッスン日時は担当のインストラクターとご相談ください。
- 森のプライベートを希望される場合は指名料が別途必要です。
＜森指名料:50分5,500円 30分3,300円＞

《キャンセルされる場合》

- キャンセルされる場合は、下記(1)～(3)のいずれかでご連絡ください。
 - (1)『れんらくアプリ』の申込フォームより『キャンセル連絡用』フォームをご提出。
 - (2)メール(info@five-m.com)でのご連絡。
メールでご連絡いただく場合は、「お名前（フルネーム）、担当インストラクター名、ご予約いただいたプライベート日時、キャンセルまたは変更希望日」をメール文面に必ずご入力の上、ご連絡ください。
- (1)(2)の場合のキャンセル料金。
 - レッスン当日午前9:00までに連絡があった場合は、キャンセル料は不要です。
 - レッスン当日午前9:01～レッスン開始時間までの連絡は、下記キャンセル料が必要です。
[キャンセル料] レッスン予約時間30分まで550円、50分 1,100円
 - レッスン開始時間を過ぎての連絡・連絡なしのお休みは、レッスン料を全額ご負担いただきます。
- (3)電話（受付時間表紙(1)ページ参照）でのご連絡。電話の場合のキャンセル料金。
 - レッスン前日営業時間中(休館日の場合は前営業日)までに連絡があった場合は、キャンセル料は不要です。
 - レッスン当日レッスン開始時間までの連絡は、下記キャンセル料が必要です。
[キャンセル料] レッスン予約時間30分まで550円、50分 1,100円
 - レッスン開始時間を過ぎての連絡・連絡なしのお休みは、レッスン料を全額ご負担いただきます。

《開始時間に間に合わない場合》

- レッスン料を全額ご負担いただき、予約時間までのレッスンとさせていただきます。但し、開始時間までにご連絡をいただくと、プライベート実施当日内の時間変更（日程変更は除く）が可能な場合があります。ご相談ください。
- 定期的にレッスнтаイムを見直しておりますので、予約時間の変更をお願いする場合がございます。あらかじめご了承ください。変更となる場合は、1ヶ月前にお知らせさせていただきます。
- 37.5度以上の発熱、他者への感染の疑いがある場合は、お休みしてください。
- インフルエンザ・流行耳下腺炎等で、出席停止期間中は、お休みしてください。

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。

自動音声で「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。

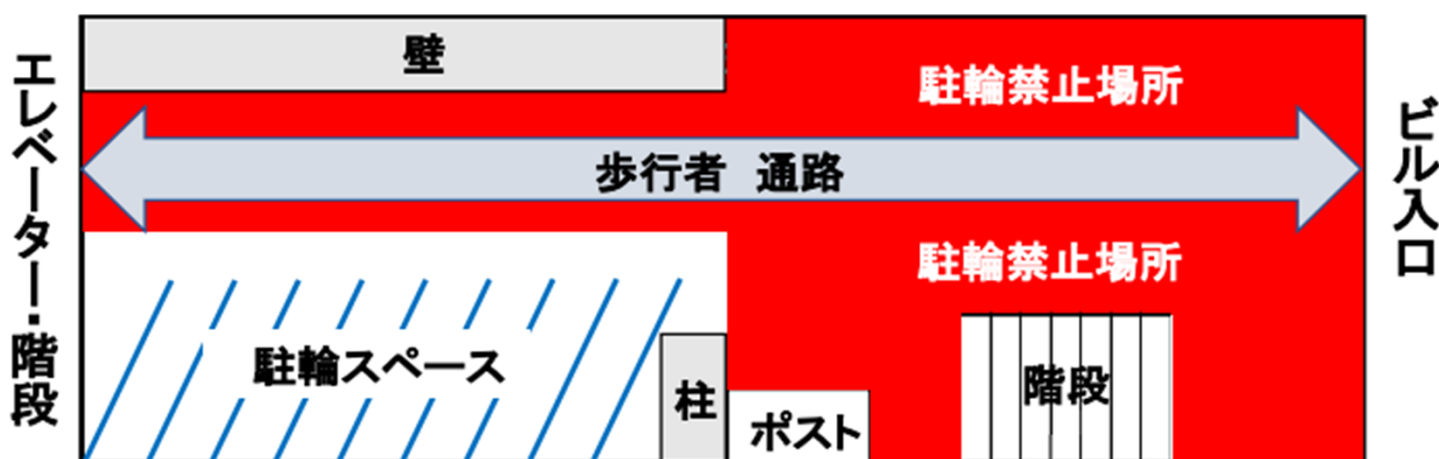
※入退館メールを希望されない方は、れんらくアプリの「各種設定」「メール受信設定」

「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) 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](https://www.five-m.com/img/202304jitennsya.pdf)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) → <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・引落としについて

- プライベートレッスンは、1回払い又は、10回分まとめて前払いをお願いします。

※10回分まとめて払いは講習料が10%割引となります。(有効期限1年間)

※お支払い方法は現金・デビットカード・PayPayでのお支払いをお願いします。

※10回分まとめて払いのみ、銀行振込みもご利用いただけます。

レッスン前日までに、会員様のお名前でお振込みをお願いします。振込手数料はお客様にてご負担ください。

<振込先>

金融機関：京都中央信用金庫、支店名：本店営業部、口座種別：普通

口座番号：1685586

口座名義：(株)ファイブM 代表取締役 林 晃平

※講習料には「プライベートレッスン設備費」が含まれています。「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)」をご利用いただけます。

※同月内にグループレッスンと併用される場合はグループレッスン設備費が必要です。

- パーソナル筋トレ・リラクストretch、ほっと癒しセッション・足指ストレッチ・姿勢測定・追加レッスン料金は引落とし対象外のため、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

- 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。(引落とし)

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。

※休会からの復帰は無料ですが、退会後の復帰は、再入会金2,750円（別途再登録料1,100円必要）となります。

※再入会の際には、姿勢測定を無料でさせていただきます。

※休会月から1年を超えると自動退会とさせていただきます。

D 付加サービス

1) 特典

- 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））

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

- ご入会后、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「銀行引落とし」でお支払いの方は、同時に引落と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ことがあります。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、お子様の生き生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

- ご紹介者を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>