

マンスリープラン リニューアルのお知らせ

学ぶ。つながる。成長する。
ただのスタジオ利用ではない、FIRSTSHIPの新しいプラン。

いつもFIRSTSHIPをご利用いただきありがとうございます。
2026年9月1日より、サービス内容の拡充に伴い、マンスリープランの内容および月額料金を改定いたします。マシンピラティスレッスンの拡充や新たな学習コンテンツの提供を通じて、より充実した学びの環境をお届けします。

選べる3つのマンスリープラン

マンスリープラン	オンライン限定 マンスリープラン	ヨガ・ピラティス卒業生限定 プレミアムマンスリープラン
月額 9,800 円 (税込)	月額 9,800 円 (税込)	月額 16,800 円 (税込)
スタジオレッスン受け放題 オンラインレッスン受け放題 マシンピラティスレッスン受け放題	オンラインレッスン受け放題	マンスリープランサービス + Wellness動画コンテンツ／RYT200復習動画 特別イベント（練習会・コミュニティ） スタジオリフォーマーレンタル

現マンスリー会員の皆様へのご案内

新プランへは、システムにて自動移行されます。プラン変更・解約をご希望の場合は以下のとおりお手続きください。
プラン変更・解約締め日は、変更・解約希望月の前月15日までです。

【現プラン】	【新プラン】	プラン変更（9/1～）・解約のお手続き方法
マンスリープラン（8,500円） マンスリープラン（6,000円）	マンスリープラン（9,800円）	最寄りの店頭にてお手続きいただけます
オンラインマンスリープラン（6,000円）	オンラインマンスリープラン（9,800円）	予約システムのマイページにてお手続きいただけます

会費ご請求の流れ



▲9月分会費(8/20引落)は、現月会費 据え置き ▲10月分(9/20引落)より、新月会費

<現会員様限定特典> 現在マンスリープランをご利用中の皆様へ

マンスリープラン契約のまま、プレミアムマンスリープランの【Wellness動画コンテンツ】サービスをご利用いただけます。【Wellness動画コンテンツ】サービスは、24時間いつでもお好きなタイミングでご視聴いただける動画サービスです。**2026年9月1日以降**順次、動画視聴システム「オンクラス」のアカウントを発行させていただきます。毎月新しいコンテンツが追加配信されますので、レッスン受講と合わせてお楽しみください。詳細は、別途「プレミアムマンスリープランのご案内」にてご確認ください。

お手続きに関するご注意

システム切替に伴い、**2026年8月31日（月）**は【新規契約・プラン変更・休会・解約】のお手続きはできません。お手続きが必要な方は、**2026年8月30日（日）**までにお済ませください。
今後もFIRSTSHIPは皆さまのご期待にお応えできるよう、さらなるサービス向上に努めてまいります。

2026年8月吉日

FIRSTSHIP

プレミアムマンスリープランのご案内

学ぶ。つながる。成長する。

FIRSTSHIPのすべてを楽しめる充実の5つのサービス

01

レッスン受け放題

- スタジオレッスン受け放題
- オンラインレッスン受け放題
- マシンピラティス受け放題

Studio / Online Machine Pilates

02

Wellness動画コンテンツ

毎月追加される
会員限定動画

アロマ
 薬膳
 アーユルヴェーダ

ヨガ
 ピラティス
 オーディション対策

Instagram活用術

03

RYT200
復習動画

- ヨガベーシック
- ヨガアドバンス
- ワークショップ

いつでも見返して
学習可能！

04

ライブイベント

- インストラクション練習会
- FIRSTSHIP Lounge (つながるコミュニティ)

仲間とつながり、
学び続けられる環境

05

スタジオ
リフォーマーレンタル

自主練習や
スキルアップに
活用可能！

Wellness動画コンテンツ配信スケジュール

毎月、新しい動画コンテンツをお届けします

9月	10月	11月	12月	1月	2月
■【アロマテラピー入門】アロマの基礎知識① ■【アロマテラピー入門】アロマの基礎知識② ■【はじめての薬膳】薬膳の入り口① ■【はじめての薬膳】薬膳の入り口② ■【オーディション対策講座】part1 ■【アーユルヴェーダの部屋】UVケア ■【10分ヨガ】首・肩スッキリヨガ ■【10分ピラティス】エクササイズ解説① ■【おうちリストラティブヨガ】ゆるめる	■【アロマテラピー入門】アロマの人体に与える影響① ■【アロマテラピー入門】アロマの人体に与える影響② ■【はじめての薬膳】薬膳の入り口③ ■【はじめての薬膳】薬膳の入り口④ ■【オーディション対策講座】part2 ■【アーユルヴェーダの部屋】風邪予防 ■【10分ヨガ】お月見ヨガ（月礼拝） ■【10分ピラティス】桃尻ピラティス ■【おうちリストラティブヨガ】整える	■【アロマテラピー入門】精油学1-① ■【はじめての薬膳】体質の整え方② ■【オーディション対策講座】part3 ■【Instagram活用術】part2 ■【アーユルヴェーダの部屋】眼精疲労 ■【10分ヨガ】二の腕スッキリヨガ ■【10分ピラティス】エクササイズ解説② ■【おうちリストラティブヨガ】ほくく	■【アロマテラピー入門】精油学1-② ■【はじめての薬膳】食材を読む① ■【オーディション対策講座】part4 ■【Instagram活用術】part3 ■【アーユルヴェーダの部屋】快眠 ■【10分ヨガ】XmasSpecialヨガ ■【10分ピラティス】XmasSpecialピラティス ■【おうちリストラティブヨガ】眠る	■【アロマテラピー入門】精油学1-③ ■【はじめての薬膳】食材を読む② ■【オーディション対策講座】part5 ■【Instagram活用術】part4 ■【アーユルヴェーダの部屋】デトックス/白湯 ■【10分ヨガ】2027福袋ヨガ ■【10分ピラティス】エクササイズ解説③ ■【おうちリストラティブヨガ】巡らせる	■【アロマテラピー入門】精油学2-② ■【はじめての薬膳】献立づくりと食養生① ■【オーディション対策講座】part6 ■【Instagram活用術】part5 ■【アーユルヴェーダの部屋】花粉症 ■【10分ヨガ】温活ヨガ ■【10分ピラティス】肩こり改善ピラティス ■【おうちリストラティブヨガ】守る

3月以降
COMING
SOON...

毎月新しい
動画コンテンツを
追加予定！

Stay tuned!



いつでも・どこでも視聴OK！
スキマ時間に学べる短時間動画も充実



マンスリープラン会員限定
すべての動画が見放題！



心とカラダを整え、
学びと実践を日常に。