

2026  
第1回

生活習慣バージョンアップチャレンジ

くう<sup>3</sup>ねる<sup>2</sup>あるく<sup>3</sup> + ふせぐ<sup>3</sup>

健康習慣を  
一緒に始めよう！



動画と小テスト



動画と小テスト



団体対抗ランキング



動画と小テスト



事前エントリー **2026 05.20** START

POINT

**01** 特別動画セミナー

「エクササイズ」「目の健康」を  
テーマにした新作を含む  
16本の動画が期間中“見放題”！



POINT

**02** くうねるメルマガ

楽しいイラストや健康づくりに  
役立つアドバイスを、  
1ヶ月間毎日配信します！



POINT

**03** ごほうびポイント

GETしたごほうびポイントは、  
お好きなアイテムと  
交換ができます！



申込期間 | 5/20(水)～6/23(火)

開催期間 | 6/1(月)～6/30(火)