

くうねるあるく + ふせぐ

2023
第2回

＼今すぐ申込み参加しよう！／

エントリーは
9/20 (水) から!!



ご案内動画は
こちら♪



動画と
小テスト

チャレンジ1
くう

動画と
小テスト

チャレンジ2
ねる

団体対抗
ランキング

チャレンジ3
あるく

動画と
小テスト

プラス
ふせぐ

POINT ①

「女性の健康支援」や
「がん予防」「メンタルケア」の
Part2を新たにラインナップ！

働き方の変化と
メンタルケア



POINT ②

くうねるメルマガでは
日替わりのストレッチ動画を
1ヶ月間毎日配信します！

あなたの未来は、あなた次第です



POINT ③

GETしたごほうびポイントは
好きなアイテムと
交換することができます！



【申込期間】 9/20(水) ～ 10/23(月)

【開催期間】 10/1(日) ～ 10/31(火)