

生活習慣バージョンアップチャレンジ くうねるあるく + ふせぐ

2025
第2回

アップグレードした
自分に出会おう



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

プラス
ふせぐ



事前エントリーは9/22(月)から♪
みんなで一緒に参加しよう!!

POINT ①

特別動画セミナーでは
健康リテラシーの向上に
役立つ動画を多数ラインナップ!

New

パーソナルトレーナー
野上鉄夫

たった1回から効果あり!
不調改善エクササイズ



POINT ②

くうねるメルマガでは、
健康アドバイスと運動動画を
1ヶ月間毎日配信します!



POINT ③

GETしたごほうびポイントは
お好きなアイテムと
交換することができます!



【申込期間】 9/22(月)~10/23(木) 【開催期間】 10/1(水)~10/31(金)