## 生活習慣バージョンアップチャレンジックなる。 中心でく

2025 **第2回** 





動画と 小テスト 小テスト

画と 団体対抗 ランキング

動画と小テスト

までレンジ2 ねる ある

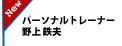


カーントリーは9/22(月)から

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!



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)