

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

エントリーはこちら！



ご案内動画はこちら



アップグレードした
自分に出会おう🔥



動画と
小テスト

プラス
ふせぐ

がうさう

動画と
小テスト

団体対抗
ランキング

動画と
小テスト

チャレンジ1
くう

チャレンジ2
ねる

チャレンジ3
あるく

エントリーは **9/22(月)12:00 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
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)