

2026
第2回

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

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

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



プラス

ふせぐ



事前エントリー
9/18 (金)
12:00～開始!

▼エントリー



▼紹介動画



POINT ①

特別動画セミナー

「女性の健康」を
テーマにした新作を含む
16本の動画をラインナップ!



POINT ②

毎日メルマガ

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 ③

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】 9/18(金)～10/23(金)

【開催期間】 10/1(木)～10/31(土)