

2026  
第1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



健康習慣を  
一緒に始めよう！



▼紹介動画



▼エントリー



事前エントリー 2026 05.20 12:00~  
START

POINT

01 特別動画セミナー

「エクササイズ」「目の健康」を  
テーマにした新作を含む  
16本の動画が期間中“見放題”！



POINT

02 くうねるメルマガ

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

03 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 | 5/20(水)~6/23(火)

開催期間 | 6/1(月)~6/30(火)