

カラダうごかせ!ニッポン!

MOMOIRO CLOVER Z × 日本郵政グループ



運動にルールはない。

つつい後回しにしがちな毎日の運動を、
もっとライトに!もっと楽しく!



「カラダうごかせ!ニッポン!」は、

日本郵政とももいろクローバーZが、
スポーツのチカラでニッポンをゲンキにするプロジェクトです。

トライアスロンジャパン公認体操として大会当日準備体操として実施します。
練習動画は以下をご視聴ください。

MEKIMEKI体操

～カラダうごかせ!ニッポン!～

いっしょに体操バージョン



監修者: 佐藤弘道氏



— 第4回 —
**Sport
in Life
Award**

第4回スポーツ庁
「Sport in Lifeアワード」
大賞受賞

カラダ
うごかせ!
ニッポン!



特設サイト(動画)はこちら!
ぜひ、練習してきてください!