



2022年12月16日  
株式会社ティップネス

おうちで楽しむオンラインフィットネス『torcia（トルチャ）』、年末年始特別企画を12月27日より開始。  
**「癒して新年／燃やして新年」2コースのレッスン動画を無料配信！**  
**さらに、レッスンを視聴して応募すると、抽選で100名様に「お年玉」をプレゼント！！**

関東・関西・東海地区に総合フィットネスクラブおよび24時間トレーニングジムを展開する株式会社ティップネス（本部：東京都千代田区、代表取締役社長：酒巻 和也）は、年末年始のおうち時間をサポートすべく、オンラインフィットネス配信サービス『torcia（トルチャ）』にて、**年末年始特別企画「#癒して新年 #燃やして新年 あなたはどっち派？」**を12月27日（火）から1月3日（火）までの1週間開催します。

抽選  
100名  
様 Amazonギフト  
500円分 貰えちゃう！  
トルチャでコースを選んで  
お年玉をGETしよう！  
運動して、年末年始の運試し♪  
あなたは  
どっち派？  
期間：12/27(火)～1/3(火)  
募集期間：12/5(月)～31(土)

癒して新年  
コース

燃やして新年  
コース

生活が不規則になりがちな年末年始を健康に、元気に過ごしたい皆さまのための応援企画を開催します。疲れた心身をリラックスさせる「癒して新年」コースと、脂肪を燃やすアクティブな「燃やして新年」コース、それぞれ8種類ずつ、計16種類の特別プログラムを、どなたでも無料で受講いただけます。さらに、1か月の無料お試し会員への登録で、お年玉プレゼント企画にご応募が可能に。いずれかのコースを選び、実施期間中に最低3種類のプログラムを受講した方の中から、抽選で100名様にAmazonギフト券（500円分）をプレゼントします。

※お年玉プレゼント企画は、既存のトルチャ会員の方も対象です。

ティップネスは、今後も『トルチャ』の様々な企画やプログラムを展開し、より多くの方々に身近にフィットネスを楽しんでいただける環境を整えてまいります。

## ■『トルチャ』年末年始企画「#癒して新年 #燃やして新年 あなたはどっち派？」概要

疲れた心身をリラックスさせる「癒して新年」コースと、しっかりトレーニングを行う「燃やして新年」コース、2つのコースをご用意。それぞれ8種類ずつの特別プログラムを、**会員登録なしで、どなたでも無料で受講いただくことができます。**

▶配信期間： 2022年12月27日(火)～2023年1月3日(火)

□癒して新年コース>> <https://online.tipness.co.jp/playlist/7ec7ba91e83346d3bbc693580b5f1489>

□燃やして新年コース>> <https://online.tipness.co.jp/playlist/98e5a6a8d52e447388008f66a8e749a7>

### 癒して新年コース

| 配信日    | レッスン名                | 時間  | 担当者    |
|--------|----------------------|-----|--------|
| 12月27日 | 首肩すっきり～師走の疲労回復～      | 15分 | 榎木海帆   |
| 12月28日 | じわトレヨガ～呼吸～           | 15分 | 堀江愛理沙  |
| 12月29日 | 寝る前のリラックスストレッチ       | 10分 | 本村望    |
| 12月30日 | 全身楽メンテ～今年の疲れは今年のうちに～ | 15分 | Mizuki |
| 12月31日 | 大晦日のむくみ解消ストレッチ       | 10分 | 宮崎紗衣   |
| 1月1日   | 新年! 身体ポカポカストレッチ      | 15分 | 岩月穂波   |
| 1月2日   | 臓活ヨガ～食べ過ぎ解消～         | 15分 | KIKO   |
| 1月3日   | 年始のカラダリセット体操         | 10分 | 境野光昭   |

### 燃やして新年コース

| 配信日    | レッスン名                | 時間  | 担当者    |
|--------|----------------------|-----|--------|
| 12月27日 | 今年のストレス発散ボクシング!      | 15分 | 徳岡隆之介  |
| 12月28日 | ウエストしぼり祭り            | 10分 | 小川恵    |
| 12月29日 | 年末シェイプダンシング          | 15分 | 大蔵みどり  |
| 12月30日 | だれでも簡単! 汗かきエアロ2022   | 15分 | 青木佳乃   |
| 12月31日 | 大晦日こそ! 燃やせ! 脂肪燃焼HIIT | 10分 | 兵藤明日香  |
| 1月1日   | 新年! 痩せるダンス2023       | 10分 | 木村亜莉沙  |
| 1月2日   | 羽ばたけ! 背中引き締めエクササイズ   | 10分 | 桃乃     |
| 1月3日   | キュッと! お腹痩せピラティス      | 10分 | Fumiyo |

## ■Amazonギフト券500円分が100名様に当たる お年玉プレゼント企画

上記いずれかのコースを選択してエントリーをおこない、期間内に3本以上のレッスンを受講した方の中から、抽選で100名様にAmazonギフト券(500円分)をプレゼントします。

▶対象：1か月無料お試し会員登録をされた方、既存のトルチャ会員の方

▶参加方法：(1)12月31日(土)までにエントリーフォームに必要事項を入力してエントリーします。

(2)12月27日(火)～1月3日(火)の期間中に年末年始イベント対象レッスンに参加します。

(3)1月4日(水)にトルチャ事務局から送信される「自己申告フォーム」を受信します。

(4)1月4日(水)～1月10日(火)の期間中に自己申告フォームへ必要事項を入力し投稿します。

※ダブルエントリーも可能。エントリーなしでもレッスン参加は可能です。

詳細はこちら>> <https://online.tipness.co.jp/news/article/353cfunh6fq4pfjwex.html>

### ■オンラインフィットネス『トルチャ』とは

ティップネスが展開するオンラインフィットネス配信サービス。ヨガをはじめストレッチ、ダンス、エアロビクス、筋トレ、格闘技、表情筋トレーニング、マインドフルネス、日テレアナウンサーによる滑舌力アッププログラム等々、圧倒的なバリエーションで、フィットネス初心者から愛好家まで幅広い皆さまにご満足いただけるラインナップをご用意しています。

★トルチャの詳細はこちらからご覧ください。 <https://online.tipness.co.jp/>

