



2022年8月29日  
株式会社ティップネス

**1年間で延べ80万人が参加した人気シリーズの第3弾  
“計算された脂肪燃焼ストーリー”で、楽しく確実にシェイプアップを目指す！  
『MOVE BODY SHAPE』9月1日よりスタート**

関東・関西・東海地区を中心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、オリジナルのスタジオプログラム『MOVE BODY』シリーズの第3弾として、ステップ台を使用しておこなうシェイプアッププログラム『MOVE BODY SHAPE』を、ティップネス各店にて、2022年9月1日よりスタートします。



**■“ココロとカラダを動かすことが人生を豊かにするー” そんな想いから生まれた『MOVE BODY』シリーズ**

コロナ禍の自粛生活で、多くの人々がメンタルやフィジカルのコンディションを悪化させ、「動くこと」の大切さに新たに気づかされることとなりました。「カラダを動かすこと」「爽快な汗を流すこと」、また「人とのつながりを感じること」は人間のもつ根源的な欲求であり、その価値があらためて見直されています。そんな中、“ココロとカラダを動かすことが人生を豊かにする”という想いのもと、当社オリジナルの『MOVE BODY』シリーズはスタートし、この1年弱で延べ80万人という多くの方々に参加いただきました。



**■脂肪燃焼効率を最大化するプログラム構成で、楽しく確実にシェイプアップ**

この度、シリーズ第3弾としてスタートする『MOVE BODY SHAPE』は、ステップ台を使用し、筋トレと有酸素トレーニングを組み合わせるシェイプアッププログラムです。脂肪燃焼効率の最大化を目的として計算されたストーリーに沿って、軽快な音楽とシンプルな動きで、確実に脂肪燃焼を促します。年齢やレベルを問わず、参加者の誰もが同じ空間で楽しく汗を流し達成感を味わうことができる、まさに“ココロとカラダを動かす”自信のプログラムです。

プログラムの詳細はコチラ>> <https://tip.tipness.co.jp/program/2srzp0prjmusl27qu.html?>

## ■『MOVE BODY SHAPE』 概要

【特徴】 筋トレ効果と有酸素運動効果が同時に得られる一石二鳥プログラム


レッスン中はもちろん、レッスン後も脂肪が燃え続けるアフターバーン効果が期待できます

【ねらう効果】 脂肪燃焼、筋力アップ、持久力アップ、ストレス発散

【レッスン時間】 30分、45分の2パターン

【プログラムの流れ】



MOVE BODY シリーズ  
既存の人気プログラム  
『MOVE BODY POWER』  
『MOVE BODY FIGHT』  
はコチラ 



『MOVE BODY POWER』  
<https://bit.ly/3K8Vzia>



『MOVE BODY FIGHT』  
<https://bit.ly/3wi3WIS>

➤ 公式 Instagram でも情報公開中>>

<https://www.instagram.com/p/ChyLOjnvE6P/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

## ■株式会社ティップネス 会社概要

会社名：株式会社ティップネス／本部：〒102-0081 東京都千代田区四番町5番地6 日テレ四番町ビル1号館3階

創立：1986年10月／代表者：酒巻 和也／事業内容：フィットネスクラブの経営／店舗数：直営店167店舗、

フランチャイズ1店舗、受託施設（指定管理含む）15施設

▷ホームページ <http://www.tipness.co.jp/> ▷Instagram [https://www.instagram.com/tipness\\_tipness/](https://www.instagram.com/tipness_tipness/)

▷Twitter [https://mobile.twitter.com/tipness\\_jp](https://mobile.twitter.com/tipness_jp) ▷Facebook <https://m.facebook.com/TIPNESS/>