

酷暑に負けず室内で快適に。夏恒例企画の「トルチャ体操」、朝から深夜までぶっ通し配信「真夏のトルチャDAY」も開催！オンラインフィットネス「トルチャ」4周年記念特別企画 8月1日(木)よりスタート！

登録簡単！無料登録だけで誰でも視聴可能。Amazonギフト商品券が当たるキャンペーンも実施！



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：岡部 智洋）が展開するオンラインフィットネス配信サービス「torcia（トルチャ）」は、この夏で4周年を迎えます。そこで感謝の意をこめ、8月1日より特別企画を開催します。8月10日（土）の朝から深夜までぶっ通し配信「真夏のトルチャDAY」をはじめ、毎朝6時からトルチャ人気インストラクターが日替わりで登場する「夏恒例！トルチャ体操」や、人気インストラクターによる「リクエストレッスン」など、暑い夏をご自宅の快適な環境で楽しんでいただける特別プログラムを多数配信。トルチャの無料会員登録でどなたでもご視聴いただけます。



□ オンラインフィットネス「トルチャ」4周年記念特別企画

【特別無料プログラム その1】

8月10日(土)は「真夏のトルチャスペシャルDAY」



8月10日（土）は、朝から深夜まで特別ライブレッスンをお届けする一日限りのスペシャルイベントです。全17本のライブレッスンとトークライブをお楽しみいただけます。

Amazonギフト商品券プレゼント企画もお楽しみに！

日時：下記スケジュールをご確認ください

配信：ライブ配信&ビデオ配信 ※9月30日(月)までアーカイブ視聴可

トルチャDAY スケジュール

07:00 ~ 07:30	朝から！SPARTAN BODY  境野光昭
07:45 ~ 08:30	もっと！体が楽になる 股関節&肩甲骨ケア45 境野光昭
09:00 ~ 09:45	真夏の極みエアロ45  高田巖
10:15 ~ 11:00	美姿勢&ダンスワークアウト SAE
11:15 ~ 11:45	特別版！ 美尻メイクトレーニング  桃乃
12:00 ~ 12:45	パワーヴィンヤサフローヨガ 吉橋扶実子
12:45 ~ 13:45	みんなでお昼ご飯を食べよう &トークLIVE  田中咲百合&高田巖
13:30 ~ 14:15	ファンクショナルエアロ45 Sintex® +足裏のセルフケア  緒方美保
14:15 ~ 14:45	初めてのコアフェイストレーニング 高根美沙子&高田巖
15:15 ~ 16:00	美ボディメイクBtoBバランス45 あめのもりメソッド 浜田亜希
16:30 ~ 17:15	UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE45  kanako
17:45 ~ 18:30	MOVE BODY DANCE45 kanako
18:30 ~ 19:15	ぽっこりお腹燃焼ピラティス &カーディオ 喜多智大
20:00 ~ 20:45	劇団トルチャ ～即興ミュージカル～  杉本奏&徳岡隆之介
20:45 ~ 21:30	汗かきエアロMAX +ストレッチ 飯山大輔
21:30 ~ 22:00	徳岡チャレンジ 徳岡隆之介
22:30 ~ 23:00	スーパーインストラクターへ 聞きたい30のこと  徳岡隆之介

◎全17レッスンの中からキーワードを集めて

Amazonギフト券 をgetしよう！

※対象レッスンはレッスン画像をよく見てね！

①07:00-07:30

朝から！SPARTAN BODY 境野光昭

②07:45-08:30

体が楽になる股関節&肩甲骨ケア45 境野光昭

③09:00-09:45

真夏の極みエアロ45 高田巖

④10:15-11:00

美姿勢&ダンスワークアウト SAE

⑤11:15-11:45

特別版！美尻メイクトレーニング 桃乃

⑥12:00-12:45

パワーヴィンヤサフローヨガ 吉橋扶実子

⑦12:45-13:45

みんなでお昼ご飯を食べよう&トークLIVE

田中咲百合&高田巖

⑧13:30-14:15

ファンクショナルエアロ45 Sintex®+足の裏セル
フケア 緒方美保

⑨14:15-14:45

初めてのコアフェイストレーニング

高根美沙子&高田巖

⑩15:15-16:00

美ボディメイクBtoBバランス45 あめのもりメソ
ッド 浜田亜希

⑪16:30-17:15

UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE45 kanako

⑫17:45-18:30

MOVE BODY DANCE45 kanako

⑬18:30-19:15

ぽっこりお腹燃焼ピラティス&カーディオ 喜多智
大

⑭20:00-20:45

劇団トルチャ〜即興ミュージカル〜 杉本奏&徳岡隆之介

⑮20:45-21:30

汗かきエアロMAX+ストレッチ 飯山大輔

⑯21:30-22:00 徳岡チャレンジ 徳岡隆之介

⑰22:30-23:00

スーパーインストラクターに聞きたい30のこと
徳岡隆之介 & torcia部長

【特別無料プログラム その2】

日頃の感謝を込めて！トルチャファンからの「リクエストレッスン」



年間4,000本以上配信されるトルチャレッスンの中から、トルチャファンからのリクエストに応じたプログラムを、人気インストラクターがスペシャル版でお届けします。運動初心者から経験者まで楽しめる内容です。

日時：下記スケジュールをご確認ください

配信：ライブ配信 ※9月30日(月)までアーカイブ視聴可

- ①8/4（日） 14:15-15:00 4周年拡大スペシャルストリートサルサ45 YUCCO
- ②8/6（火） 12:00-12:45 4周年拡大スペシャルBAILABAILA45 伊藤由里子
- ③8/19（月） 19:45-20:15 夏の疲れを癒すリセットヨガ 勝田真有
- ④8/25（日） 15:15-15:45 下半身だけ追い込み！HIIT 兵藤明日香
- ⑤8/27（火） 21:00-21:30 全身シェイプアップスペシャル 宮崎紗衣

【特別無料プログラム その3】

夏恒例企画！毎日トルチャ体操

毎朝6時配信



夏休みに楽しんだラジオ体操のように、毎朝の体操で一日を爽やかにスタートしましょう。トルチャの人気インストラクターが日替わりで登場し、約3分間の「トルチャ体操」を元気いっぱいにお届けします。

日時：8月1日(木)～8月31日(土)毎朝6：00から配信開始。

配信：ビデオ配信 ※9月30日(月)までリピート視聴可

□特別無料プログラムへの参加方法

クレジットカード登録不要！トルチャ無料会員登録だけで、どなたでもご視聴いただけます。

▶無料会員登録はこちらから

プログラムの詳細はこちらから

■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、ピラティス、ダンス、HIITなど、さまざまなニーズやレベルに合わせたレッスンを用意しています。ティップネスの人気インストラクターによる、わかりやすい本格的なレッスンをご自宅で受講いただけます。

<https://online.tipness.co.jp/>

トルチャでは、自宅でも実践できる人気のヨガやエクササイズ、体の不調やお悩みの解決方法など、気になる美容健康情報を発信する、あなたの「なりたい！」を叶える美と健康のライフスタイルメディア「ハピネスマガジン」もご提供しています。

★「ハピネスマガジン」はこちらからご覧ください。 <https://online.tipness.co.jp/magazine/>



株式会社ティップネスのプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/9907