



2021年3月26日
株式会社ティップネス

ティップネスが展開するオンラインフィットネス「torcia（トルチャ）」 4月の新生活期にあわせて、新プログラム続々登場！ 人気舞台俳優による特別プログラム、世界的人気フィットネスプログラムなど

関東・関西・東海地区に61店舗の総合フィットネスクラブを展開する、株式会社ティップネス（本部：東京都港区、代表取締役社長：酒巻 和也）は、オンラインフィットネス配信サービス『torcia（トルチャ）』において、4月より新たなプログラムを導入します。人気舞台俳優の陳内将さん、元木聖也さん、加藤将さんが出演する日テレプラスの新番組と連動した特別プログラムや、オンラインフィットネス初登場となる世界的人気プログラムなど、フィットネス初心者も愛好家も、楽しくはじめられるレッスンが盛りだくさんです。



トルチャでは、月間約600本ものライブ配信を中心に、ヨガやストレッチ、筋トレ、ダンス、マインドフルネスなど、多ジャンルに渡る、バラエティ豊かなレッスンプログラムを展開しています。新生活期の4月、新しいことにチャレンジしたくなるこの季節にふさわしく、トルチャならではの新プログラムがラインナップに加わります。

▶ PICK UP

人気舞台俳優がトレーナーに！『筋肉といっしょ～脱げるカラダへ 美マッスル！！～』

CS放送 日テレプラスの新番組『筋肉といっしょ～脱げるカラダへ 美マッスル！！～』と連動した特別プログラム。番組の出演者である陳内将さん、元木聖也さん、加藤将さんが月替わりでトルチャのトレーナーとして登場し、ティップネスの名物トレーナー福池和仁とともに、皆さまにおうちトレーニングの指導をします。

第1回は、陳内将さんが、ヒップアップ&ウエストシェイブをテーマにレッスンをを行います。
配信日時：4月2日（金）21:40～ #1 配信開始 ※VTRでの配信。アーカイブあり。



- CS放送 日テレプラス『筋肉といっしょ～脱げるカラダへ 美マッスル！！～』
人気俳優の3人が、魅せる身体を作るために真剣に筋トレに取り組むフィットネスバラエティ番組。
トレーニングはティップネスによる監修で、4月2日（金）放送スタート。
番組ホームページ>> <https://www.nittetelplus.com/program/withmuscles/>

▶その他の新プログラム

世界の熱狂をオンラインで！ ラディカルフィットネスプログラム 2 種 『MEGA DANZ®』『FIGHT DO®』

世界中で熱狂的なファンを持つラディカルフィットネスのプログラムから、ダンス系の『MEGA DANZ®』と格闘技系の『FIGHT DO®』を導入します。
ご自宅にしながら非日常的でエネルギッシュな時間を味わうことができます。

配信日時： 『MEGA DANZ』 毎週火曜 19:30～20:00
『FIGHT DO』 毎週火曜 21:00～21:30／毎週日曜 19:00～19:30
※いずれもライブ配信のみ



フラで女性らしい心と身体をめざす 『HULAHULA』

フラダンスの基本動作を中心にした、ティップネスの人気プログラム。歌詞と動きを通してハワイの文化や価値観に触れることもでき、お稽古ごとく感覚で楽しめます。

配信日時： 毎週月曜 13:00～13:30 ※ライブ配信。アーカイブあり。



心地よさを追求！ 『カラダほぐす YOGA』

日々蓄積される疲労やコリ・ストレスにヨガで優しくアプローチ。ゆったりとしたストレッチ動作とヨガのポーズによる深いリラックスで呼吸や自律神経が整い、免疫力向上も期待できます。

配信日時： 毎週木曜 8:30～9:00／毎週土曜 7:30～8:00／
毎週日曜 21:30～22:00 ※いずれもライブ配信。アーカイブあり。



その他のプログラム、スケジュールはこちらをご覧ください。

<https://online.tipness.co.jp/about/index.html>

■ オンラインフィットネス配信サービス『torcia（トルチャ）』とは

ティップネスによる今話題のオンラインフィットネス配信サービスです。毎日朝 7 時から夜 22 時まで、月間約 600 本ものレッスンをライブ配信しています。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カ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。