



2021年4月7日  
株式会社ティップネス

**この春、新しいフィットネス習慣 はじめませんか？**  
**4月10日（土）『春の新生活応援祭り！』開催**  
**話題のオンラインフィットネス『トルチャ』を無料でお試しいただけます！**

**最新プログラムや人気のストレッチクラスなど、対象レッスンが無料で受け放題！**



関東・関西・東海地区に 59 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、話題のオンラインフィットネス『torcia（トルチャ）』を気軽にお試しいただける特別企画『**トライ！トルチャデー 春の新生活応援祭り！**』を、**4月10日（土）**に開催します。この春スタートしたばかりの最新プログラムをはじめ、大人気の朝晩のストレッチクラスや、肩こり腰痛改善、シェイプアップ、ストレス発散など、新生活期に嬉しいレッスンをラインナップ。朝7時から夜22時まで、**15本の対象レッスンを無料で体験**することができます。環境の変化で疲れを感じやすいこの時期、トルチャは皆さまの健やかな新生活を応援します！

■ オンラインフィットネス『torcia（トルチャ）』とは

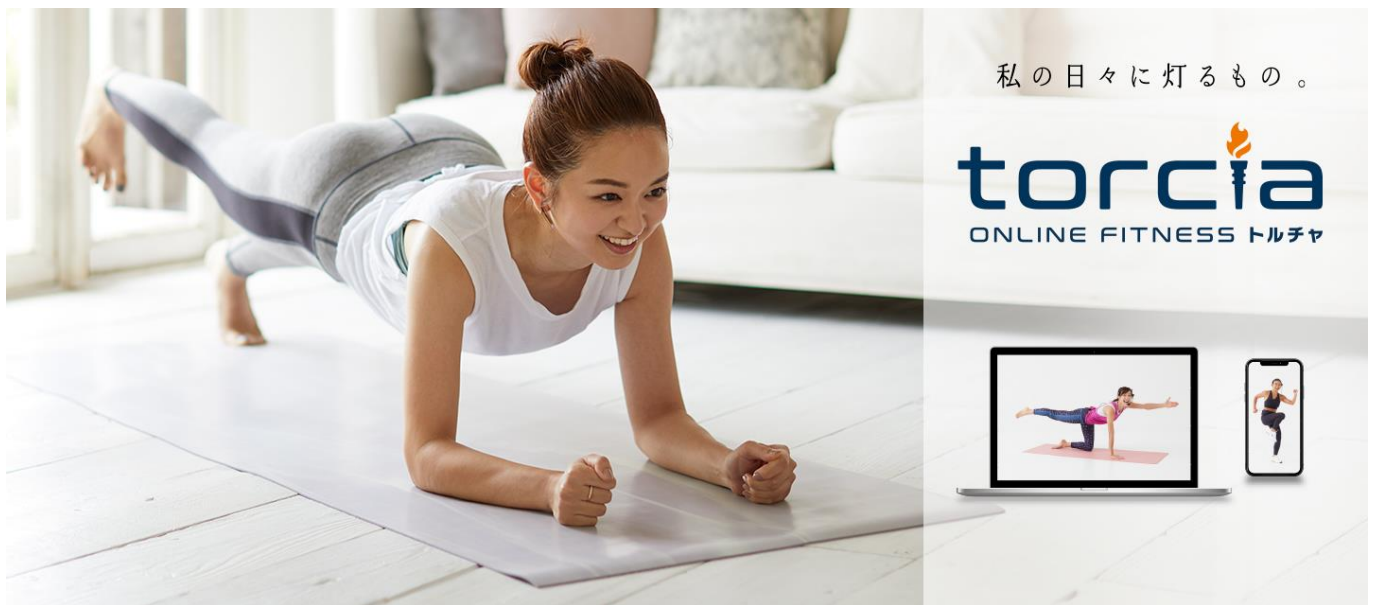
ティップネスによる今話題のオンラインフィットネス配信サービスです。毎日朝7時から夜22時まで、月間約600本ものレッスンをライブ配信しています。ヨガをはじめストレッチ、ダンス、エアロビクス、筋トレ、格闘技、表情筋トレーニング、マインドフルネス、日テレアナウンサーによる滑舌力アッププログラム等々、圧倒的なバリエーションで、フィットネス初心者から愛好家まで幅広い皆さまにご満足いただけるラインナップをご用意しています。

■ トルチャの無料体験方法

- 1) 会員情報を登録>> <https://online.tipness.co.jp/signup>
- 2) 4/10のレッスンを表示させてお好きな無料レッスンを予約>> <https://online.tipness.co.jp/schedules>
- 3) お時間になったらマイページの予約済イベントからレッスンを選択して受講>>  
<https://online.tipness.co.jp/mypage/reservations>

《別紙》

4/10（土）「トライ! トルチャデー 春の新生活応援祭り!」レッスンスケジュール



開始時間	終了時間	担当者	目的	クラス名
7:00	7:30	境野 光昭	リフレッシュ	お目覚めストレッチ
7:30	8:00	岩月 穂波	リフレッシュ	カラダほぐすヨガ
8:00	8:30	境野 光昭	シェイプアップ	ウエストシェイプ
10:30	11:00	宮澤 誠治	肩こり腰痛改善	さらば腰痛運動
12:00	12:30	吉橋 扶実子	肩こり腰痛改善	骨盤調整ヨガ
13:00	13:30	吉橋 扶実子	シェイプアップ	お腹へこませヨガ
14:00	14:30	窪 桃乃	シェイプアップ	美尻エクササイズ
15:00	15:30	窪 桃乃	シェイプアップ	燃やせ! 脂肪ウォーク
16:30	17:00	井上 トキ子	肩こり腰痛改善	股関節&体幹ファンクショナルトレーニング Sintex®
17:00	17:30	鈴木 悠	ストレス発散	<新>【ライブ配信限定】MEGADANZ® (メガダンス)
17:30	18:00	井上 トキ子	リラックス	夕食の消化を高め、晩の熟睡へと誘う夕方の眠れる体づくり Sintex®
18:30	19:00	安倍 浩子	シェイプアップ	<新> 骨盤リズムダイエット
20:30	21:00	兵藤 明日香	肩こり腰痛改善	肩こりすっきりエクササイズ
21:00	21:20	—	リラックス	優しい呼吸の瞑想(20 分間)
21:30	22:00	兵藤 明日香	リラックス	ヒーリングストレッチ

※4/10 に開催される上記以外のレッスンは、有料となります。