



2021年4月23日  
株式会社ティップネス

## 今年のゴールデンウィークは、“お家”で楽しむオンラインフィットネス！ 4/29～5/5 GW 特別企画『トルチャ Week！』開催

【その1】燃やせ脂肪祭り！ 7日間連続のスペシャルプログラム  
【その2】アンジャッシュ児嶋さん、加藤将さんらゲスト登場イベントプログラム

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）』において、4月29日（木・祝）～5月5日（水・祝）のゴールデンウィーク期間中、特別企画『トルチャ Week！』を開催します。



『トルチャ Week！』では、薄着になる季節を目前に、“燃やせ脂肪祭り！”をテーマに、脂肪燃焼に特化したプログラムを7日間連続で無料提供します。またあわせて、“ヨガタレント”としても活躍するアンジャッシュ児嶋さん、北陽 虹川さん、加藤将さん、日テレ 市来玲奈アナウンサーなど多数のゲストをお迎えし、ヨガ・ダンス・顔の筋トレなど、楽しい特別イベントプログラムを連日、無料でお届けします。新型コロナウイルスの感染拡大でおうち時間の増えるこのゴールデンウィーク、トルチャは皆さまの運動不足やストレス解消のお手伝いをします！

### ■『トルチャ Week』概要 ※詳細は、次頁別紙をご覧ください

#### 《特別企画-1》7日間連続の特別企画“燃やせ脂肪祭り！”プログラム

配信：4月29日（木・祝）～5月5日（水・祝） 11:00～11:30 / 18:00～18:30（毎日2回）

内容：7日間日替わりの脂肪燃焼プログラムを実施します。有酸素運動、大筋群を鍛えて代謝アップ、話題のHIITなど。

見逃した方にはアーカイブもご用意しています。

#### 《特別企画-2》豪華ゲストが目白押し！無料で体験できる特別イベントプログラム

- 4/29(木・祝) 市来アナと踊る「燃える！カーディオダンス～ラテン MIX～」
- 4/30(金) 児嶋だよ！カラダをメンテナンス「カラダしぼるヨガ&ほぐすヨガ MIX」
- 4/30(金) 加藤将さんと一緒にチャレンジ！「筋肉といっしょ ～脱げるカラダへ美マッスル 45!!～」
- 5/4(火・祝) あぶちゃんと一緒に目指せ見た目年齢-10歳！「コアフェイストレーニング 45 第3弾」
- 5/5(水・祝) 児嶋だよ！カラダの不調を整える「呼吸めぐるヨガ」

## 《別紙》 4/29～5/5 GW 特別企画『トルチャ Week！』 レッスンスケジュール

### 【特別企画－1】 7日間連続企画 “燃やせ脂肪祭り！” プログラム

日付	時間	レッスン	担当
4/29 (木・祝)	11:00～11:30	燃やせ脂肪祭り vol.1	兵藤 明日香
	18:00～18:30	【有酸素で脂肪燃焼】	宮崎 紗衣
4/30 (金)	11:00～11:30	燃やせ脂肪祭り vol.2	篠宮 千佳
	18:00～18:30	【大筋群を鍛えて代謝アップ】	窪 桃乃
5/1 (土)	11:00～11:30	燃やせ脂肪祭り vol.3	森 恵里佳
	18:00～18:30	【有酸素&筋トレ MIX の燃やせ脂肪ウォーク】	徳岡 隆之介
5/2 (日)	11:00～11:30	燃やせ脂肪祭り vol.4	森山 麻由樹
	18:00～18:30	【燃やせ脂肪ウォークとひっこめお腹】	木村 亜莉沙
5/3 (月・祝)	11:00～11:30	燃やせ脂肪祭り vol.5	岩月 穂波
	18:00～18:30	【短時間×高強度で脂肪燃焼】	徳岡 隆之介
5/4 (火・祝)	11:00～11:30	燃やせ脂肪祭り vol.6	kiyoka
	18:00～18:30	【有酸素&筋トレ MIX の燃やせ脂肪ウォーク】	宮崎 紗衣
5/5 (水・祝)	11:00～11:30	燃やせ脂肪祭り vol.7	境野 光昭
	18:00～18:30	【最後の追い込み！脂肪燃焼エクササイズ】	木村 亜莉沙

### 【特別企画－2】 ゲスト登場 特別イベントプログラム

日付	時間	レッスン	担当
4/29(木・祝)	16:00～16:45	市来アナと踊る 「燃える！カーディオダンス～ラテン MIX～」	市来玲奈アナウンサー 鈴木悠
4/30(金)	20:30～21:15	児嶋だよ！カラダをメンテナンス 「カラダしぼるヨガ&ほぐすヨガ MIX」	アンジャッシュ 児嶋 青木佳乃
4/30(金)	21:40～22:25	加藤将さんと一緒にチャレンジ！ 「筋肉といっしょ ～脱げるカラダへ美マッスル 45!!～」	加藤将 福池和仁
5/4(火・祝)	9:00～9:45	あぶちゃんと一緒に目指せ見た目年齢-10歳！ 「コアフェイストレーニング 45 第3弾」	北陽 虹川美穂子 表情筋研究家 間々田佳子
5/5(水・祝)	13:30～14:15	児嶋だよ！カラダの不調を整える 「呼吸めぐるヨガ」	アンジャッシュ 児嶋 木村亜莉沙

#### ■トルチャの無料受講方法

- 1) 会員情報を登録 >> <https://online.tipness.co.jp/signup>
- 2) 希望日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>

#### ■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。

