



2023年3月28日
株式会社ティップネス

街ぶらしながら健康に！
Oha! 4 アナウンサー、キャスターとティップネストレーナーによる新コーナー
『街ぶら！おはウオーク』
日本テレビ『Oha!4 NEWS LIVE』にて4月3日(月)より放送開始

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、日本テレビ朝の報道番組『Oha!4 NEWS LIVE』とのタッグで、新コーナー『街ぶら！おはウオーク』をスタートします。Oha! 4 アナウンサー、キャスターとティップネスのトレーナーがペアを組み、魅力あふれるエリアをウォーキング。ティップネスおすすめのエクササイズを織り交ぜながら人気スポットをめぐり、楽しい健康習慣をお届けします。初回となる4月は「速歩きダイエット」をテーマに、後藤楽々キャスターとティップネストレーナー宮崎紗衣が、春の浅草をめぐります。



左：宮崎紗衣（ティップネス） 右：後藤楽々

「浅草は、景色もきれいですし、美味しいものもたくさんあって、街ぶらにはぴったりの場所だと思います。とても楽しかったです！歩くことは好きなので、比較的歩く方だと思います！乗り物を使わずに歩くことも多く、1日10000歩をいつも目指しています！宮崎トレーナーは笑顔が素敵で、宮崎さんの一声で辛くても、いや！もう少し頑張ろう！という気持ちになれます！私にとって最高のトレーナーさんです！」（後藤楽々）

「浅草の素敵な街並みを拝見できました。楽々さんは可愛らしいのでビシバシ鍛えたくになります(笑)。一緒に街ぶらす事で、ウォーキングがさらに楽しい時間になりました。ウォーキングのポイントは『しっかり腕を振る事』。足だけではなく上半身も意識して歩くことで姿勢が綺麗になり、深い呼吸に繋がります。川の音や風を感じながら歩くと、リフレッシュできておすすめです！」（宮崎紗衣）

【概要】

□コーナー名：『街ぶら！おはウオーク』

□放送番組：日本テレビ『Oha!4 NEWS LIVE』

□放送日時：毎週月曜～金曜 4時30分～5時50分 関東地域ほかで放送

□出演者：『Oha! 4』アナウンサー、キャスター、ティップネストレーナー宮崎紗衣

□内容：ウォーキングを楽しみながら、街の人気スポットを巡る。ウォーキングのためのエクササイズも紹介。

□配信：オンラインフィットネス「トルチャ」 <https://online.tipness.co.jp/>

日テレ NEWS <https://news.ntv.co.jp/>