



2023年8月1日  
株式会社ティップネス

**酷暑に負けず室内で快適に。毎朝の「トルチャ体操」に「ソーラン節フィットネス」ほか  
オンラインフィットネス「トルチャ」3周年記念特別企画 8月1日（火）よりスタート！**

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3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。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「トルチャ体操」や、リリリで楽しくカラダを動かす「ソーラン節フィットネス」など、夏を楽しむ特別プログラムを無料で配信。その他有料会員向け特別プログラムも盛りだくさん。これから始める方にはすべてのプログラムを100円で受けられる「1ヶ月100円トライアル」をご用意しています。（一部有料プログラムを除く）猛烈な暑さが続くと予測されるこの夏、室内の快適な環境でカラダを動かすきっかけをご提供します。



**■ オンラインフィットネス「トルチャ」3周年記念特別企画**

**【特別無料プログラム その1】 トルチャ人気インストラクターが日替わりで登場！「トルチャ体操」**

日時： 8月1日（火）～8月31日（木）毎朝6：00から配信開始。プログラムは約3分間。  
配信： ビデオ配信 ※9月末まで視聴可

子どものころ夏休みに通ったラジオ体操のように、毎朝の体操で一日を健やかに始めるために、トルチャの人気インストラクターが日替わりで登場し、個性全開、朝から元気いっぱい「トルチャ体操」をお届けします。小さなお子さんと一緒でも、運動に不安のある高齢の方でも、どなたでも短時間で無理なく全身運動ができ、1日のはじまりに元気がみなぎります。朝6時以降、お好きな時間に何度でも視聴が可能です。



**【特別無料プログラム その2】 とにかく楽しい！「ソーラン節フィットネス」で気分は夏まつり。**

日時： 8月12日（土）0：00より3本一斉に配信開始  
配信： ビデオ配信 ※10月11日（水）まで視聴可

日本の民謡といえ『ソーラン節』。「ヤーレン ソーラン ソーラン ソーラン…」のリズムにあわせて楽しくカラダを動かします。初級・中級・上級と、レベルにあわせたバージョンをご用意しているので、まずは初級からでも、いきなり上級にチャレンジもOK。夏まつり気分でエクササイズを楽しめます。



## 【その他 有料会員向け特別プログラム】

### SUNDAY★ディスコフィーバー

懐かしのステップでリリリの45分を。毎週日曜に生配信。

日時： 8月6日(日) 16:15~17:00 (担当: YUCCO)  
8月13日(日) 18:30~19:15 (担当: 大蔵みどり)  
8月27日(日) 19:00~19:45 (担当: kanako)

配信： ライブ配信 ※9月末日までアーカイブ配信あり



### 3周年★ZUMBA パーティー

LIVE 限定。踊って燃やす ZUMBA パーティー！人気の ZUMBA を 60 分間、思う存分楽しめます。(承認 NO:23655)

日時： 8月11日(金) 14:00~15:00 (担当: 安倍浩子)

配信： ライブ配信 ※アーカイブ配信なし



### 復活レッスン！ すっきり太極拳エクササイズ／キュッと引き締め筋トレ／優しいストレッチ

懐かしのトルチャ人気インストラクターによる復活レッスンです。

日時： 8月19日(土) 0:00 より3本一斉に配信開始 (担当: 薄井花音／森恵里佳 in オーストラリア)

配信： ビデオ配信 ※9月末日まで視聴可

## ■料金

特別無料プログラムは、トルチャへの会員登録だけでご視聴可。

有料会員向け特別プログラムは、「1ヶ月100円トライアル」で視聴いただけます。

※「1ヶ月100円トライアル」では、特別プログラムだけでなく、トルチャが配信するすべてのプログラムを1か月間見放題となります。(一部の有料プログラムは除く)

## ■参加方法

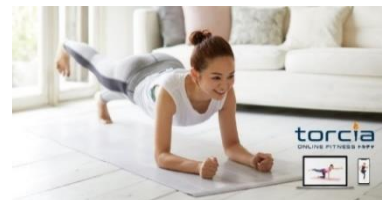
下記特設ページからトルチャへの無料会員登録、または「1ヶ月100円トライアル」へお申し込みください。

<https://online.tipness.co.jp/news/article/35385yzw04zc411q9ho.html>

### ■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。“女性の悩みに寄り添う”をテーマに、ヨガをはじめストレッチ、骨盤調整、筋トレ、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の多彩なプログラムで、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。

<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ライフスタイルメディア『トルチャマガジン』もご提供しています。

★トルチャマガジンはこちらからご覧ください。 <https://online.tipness.co.jp/magazine/>