



2021年5月18日  
株式会社ティップネス

## 緊急事態宣言延長下のテレワーカーの健康管理を応援します！ オンラインフィットネス『トルチャ』によるテレワーカー応援企画第2弾 昼休み 10 分間の「ちょこっと体操」& 法人無料トライアル

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、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、テレワーカー応援企画第2弾として、昼休みに手軽にできる 10 分間の「ちょこっと体操」の無料提供、および法人を対象とした無料トライアル企画を実施します。

ティップネスが展開する、今話題のオンラインフィットネス配信サービス「トルチャ」では、自宅で気軽にできるバリエーション豊かな運動プログラムを提供しています。今年3月に実施したテレワーカー企画第1弾では、オンラインフィットネス未経験の方を中心にトルチャを体験いただき、約7割の方から「ぜひ友達に薦めたい」というご好評の声を頂戴しました。

### 【前回の参加者の声 一部抜粋】

#### ■肩こりすっきりエクササイズ

- ・数ある肩こり解消ストレッチのなかでピカイチ。
- ・理論的に正しいエクササイズと思いました。動きも簡単なので（友人に）すすめやすい。
- ・ストレッチを効果的に行えるよう、細かく丁寧に説明し、画面で肩や背中を具体的に示して下さるので、とても分かりやすいレッスンです。終わった後はスッキリします。

#### ■おやすみストレッチ

- ・仕事疲れがとれてすごくよかった。肩こり、首の痛みも軽減した。
- ・自宅にいながレッスンが受けられることに思った以上に快適で感動した。
- ・眠る前のストレッチとして最高！心も安らぐ。



この度、東京・大阪をはじめとする緊急事態宣言の延長・まん延防止等重点措置等を受け、平日のお昼休みに毎日10分間だけ行う「すきま時間にちょこっと体操」の無料提供を始めました。あわせて、テレワークで勤務する従業員の健康維持に悩む企業に向けて、トルチャを役立てていただける無料トライアル企画を実施します。

### □テレワーカー向け 昼休み 10 分間の無料プログラム「すきま時間にちょこっと体操」

実施： 月曜～金曜 / 12:30～12:40 の 10 分間 ※録画配信となります。

内容： 肩こり・腰痛予防・むくみスッキリなど、週替わりで手軽にできるエクササイズをお届けします。  
無料の会員登録だけでどなたでも受講できます。

無料の会員登録はコチラ>> <https://online.tipness.co.jp/signup>

### □法人向け トルチャ無料トライアル

6月30日までの期間中、従業員の方々に無料でトルチャをご利用いただくことができる法人向け企画です。

先着 10 社限定で申し込みを受け付けます。（※トルチャのご契約の無い法人が対象となります）

詳細はコチラ>> <https://www.tipness-partner.jp/info/qu8gdwm3tmnx48zl.html>

お問合せ>> 03-3769-8703（平日 11 時～17 時 / ティップネス健康ソリューション事業部）

ティップネスは、トルチャのサービスを通じて、企業理念である「健康で快適な生活文化の提案と提供」を実現してまいります。