

【ダンスチャンネル4月第1週】

	月 3月27日	火 3月28日	水 3月29日	木 3月30日	金 3月31日	土 4月1日	日 4月2日
午前 4:00	カリスマ go to SKOOL! ~THE BATTLE! ~ #75	【自撮り美女】家トレはじめました! #11	ゴーゴーダンサーズ! #3	(終)ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #12	【自撮り美女】家トレはじめました! #1	ゴーゴーダンサーズ! #5	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #6
午前 5:00	サーフフィットで爽快エクサ! #3	癒されたい美女たち2 #3	The Body Fit #17	ENJOY! テア☆エクサ2 #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	The Body Fit #21	癒されたい美女たち #1
午前 6:00	サーフフィットで爽快エクサ! #4	癒されたい美女たち2 #4	The Body Fit #18	ENJOY! テア☆エクサ2 #4	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	The Body Fit #22	癒されたい美女たち #2
午前 7:00	PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #5	第8回 プリンシパルコンペティション TV #2	癒されたい美女たち2 #3	第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #1	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2022 #10	(終)PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #3
午前 8:00	AKB48踊る女子旅2 #3	第8回 プリンシパルコンペティション TV #3	癒されたい美女たち2 #4	第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #2	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2022 #11	AKB48踊る女子旅2 #4	(終)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #4
午前 9:00	The Body Fit #13	サーフフィットで爽快エクサ! #3	The Body Fit #17	ENJOY! テア☆エクサ2 #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	The Body Fit #14	The Body Fit #21
午前 10:00	The Body Fit #15	サーフフィットで爽快エクサ! #4	チャレンジカップ2022 FINAL	The Body Fit #18	ENJOY! テア☆エクサ2 #4	The Body Fit #16	The Body Fit #22
午前 11:00	ヨガから始まる美女の休日 #1	PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #5	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #3	降幡愛のA面/B面 #3	BATTLE OF THE YEAR 2022 日本予選大会	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1030	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2022 #11
午後 0:00	ヨガから始まる美女の休日 #2	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会	(終)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #4	PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #5	第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #2	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #7	(終)ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2022 #12
午後 1:00	チャレンジカップ2022 FINAL	The Body Fit #13	サーフフィットで爽快エクサ! #3	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2020 #9	(終)AKB48踊る女子旅 #3	The Body Fit #14	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3
午後 2:00	チャレンジカップ2022 FINAL	The Body Fit #15	サーフフィットで爽快エクサ! #4	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2020 #10	AKB48踊る女子旅2 #3	The Body Fit #16	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4
午後 3:00	B-boy列伝 ~Kaku~	第8回 プリンシパルコンペティション TV #3	癒されたい美女たち2 #3	The Body Fit #17	The Body Fit #18	インフォメーション	高校ストリートダンス選手権2023 第一回予選大会
午後 4:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #7	BATTLE OF THE YEAR 2022 日本予選大会	(終)第8回 プリンシパルコンペティション TV #4	癒されたい美女たち2 #4	The Body Fit #19	USA オールスター ナショナルズ 2022 #8	高校ストリートダンス選手権2023 第二回予選大会
午後 5:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #8	(終)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #4	癒されたい美女たち2 #5	The Body Fit #21	ストリートダンス ベーシック HIPHOP 編	USA オールスター ナショナルズ 2022 #9	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会
午後 6:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #9	ヨガから始まる美女の休日 #1	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(前編)	SHOW CHAMPION #438	第1回FIDA GOLD CUP	USA オールスター ナショナルズ 2022 #10	(終)PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6
午後 7:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #10	ヨガから始まる美女の休日 #2	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(後編)	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #125	SHOW CHAMPION #420	SHOW CHAMPION #435	AKB48踊る女子旅2 #1
午後 8:00	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130	SHOW CHAMPION #439	SHOW CHAMPION #437	SHOW CHAMPION #431	SHOW CHAMPION #428	SHOW CHAMPION #435	ENJOY! テア☆エクサ2 #3
午後 9:00	SHOW CHAMPION #435	SHOW CHAMPION #439	SHOW CHAMPION #437	SHOW CHAMPION #431	SHOW CHAMPION #428	SHOW CHAMPION #435	The Body Fit #1
午後 10:00	SHOW CHAMPION #426	SHOW CHAMPION #439	SHOW CHAMPION #437	SHOW CHAMPION #431	SHOW CHAMPION #428	SHOW CHAMPION #435	SHOW CHAMPION #430
午後 11:00	SHOW CHAMPION #426	ENJOY! テア☆エクサ #3	SHOW CHAMPION #431	SHOW CHAMPION #431	SHOW CHAMPION #428	SHOW CHAMPION #435	SHOW CHAMPION #424
深夜 0:00	癒されたい美女たち2 #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	ENJOY! テア☆エクサ2 #2	癒されたい美女たち2 #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5	SHOW CHAMPION #426	SHOW CHAMPION #424
深夜 1:00	(終)筋トレフィットガール♡ #6	サーフフィットで爽快エクサ! #3	癒されたい美女たち #2	筋トレフィットガール♡ #1	サーフフィットで爽快エクサ! #4	SHOW CHAMPION #426	(終)真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #6
深夜 2:00	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #4	快汗!セクシーRunトレ #8	ヨガから始まる美女の休日 #4	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #5	快汗!セクシーRunトレ #9	SHOW CHAMPION #426	【自撮り美女】家トレはじめました! #2
深夜 3:00	【自撮り美女】家トレはじめました! #10	ゴーゴーダンサーズ! #2	ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #10	(終)【自撮り美女】家トレはじめました! #12	ゴーゴーダンサーズ! #4	SHOW CHAMPION #426	快汗!セクシーRunトレ #10

【ダンスチャンネル4月第2週】

	月 4月3日	火 4月4日	水 4月5日	木 4月6日	金 4月7日	土 4月8日	日 4月9日
午前 4:00	ストリートダンス ベーシック LOCKING編	癒されたい美女たち #5	美body♡アクアピクス女子 #1	(終)快汗!セクシーRunトレ #12	癒されたい美女たち #1	(終)美body♡アクアピクス女子 #3	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #7
午前 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	The Body Fit #1 5:30 The Body Fit #2	ENJOY!チア☆エクサ #3	ヨガから始まる美女の休日 #3	The Body Fit #5 5:30 The Body Fit #6	サーフフィットで爽快エクサ! #1	ENJOY!チア☆エクサ2 #5
午前 6:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	The Body Fit #3 8:30 The Body Fit #4	ENJOY!チア☆エクサ #4	ヨガから始まる美女の休日 #4	The Body Fit #7 8:30 The Body Fit #8	サーフフィットで爽快エクサ! #2	(終)ENJOY!チア☆エクサ2 #6
午前 7:00	(終)PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6 7:30 翰師里保のONE STEP #1	第8回 プリンシパルコンペティションTV #3	The Body Fit #1 7:30 The Body Fit #2	ダンスビューTV #145	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2022 #11 7:30 (終)ハロプロダンスアカデミー #12	ハロプロダンスアカデミー #11 (終)ハロプロダンスアカデミー #12	ダンスビューTV #145
午前 8:00	AKB48踊る女子旅2 #4 8:30 (終)AKB48踊る女子旅2 #5	(終)第8回 プリンシパルコンペティションTV #4	The Body Fit #3 8:30 The Body Fit #4	インフォメーション	(終)ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2022 #12	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(後編) 8:30 ハロプロダンス学園シーズン8 #2	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1031
午前 9:00	癒されたい美女たち #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	スーパーキッズ2022 FINAL #1	ENJOY!チア☆エクサ #3	ヨガから始まる美女の休日 #3	The Body Fit #5 9:30 The Body Fit #6	サーフフィットで爽快エクサ! #1
午前 10:00	癒されたい美女たち #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	ENJOY!チア☆エクサ #4	ヨガから始まる美女の休日 #4	The Body Fit #7 10:30 The Body Fit #8	サーフフィットで爽快エクサ! #2	
午前 11:00	The Body Fit #21 11:30 The Body Fit #22	(終)PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6 AKB48踊る女子旅2 #1	DCG 第10回 全国高等学校ダンス部選手権 決勝大会 #1	降幡愛のA面/B面 #4 11:30 降幡愛のA面/B面 #5	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #1	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1031 11:30 インフォメーション	(終)ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2022 #12
午後 0:00	The Body Fit #23 0:30 (終)The Body Fit #24	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 DCG 第10回 全国高等学校ダンス部選手権 決勝大会 #2	DCG 第10回 全国高等学校ダンス部選手権 決勝大会 #2	(終)PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6 0:30 翰師里保のONE STEP #1	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #2	(終)第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #3	第8回 プリンシパルコンペティションTV #1
午後 1:00	癒されたい美女たち #1	癒されたい美女たち #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	(終)ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2020 #11	(終)仮面女子のキラリズム〜踊らないとハジまらない〜 #3	ヨガから始まる美女の休日 #3	The Body Fit #5 1:30 The Body Fit #6
午後 2:00	スーパーキッズ2022 FINAL #1	癒されたい美女たち #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #1	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #3 2:30 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #4	ヨガから始まる美女の休日 #4	The Body Fit #7 2:30 The Body Fit #8
午後 3:00	カリスマ go to SKOOL! #86	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #1	(終)第8回 プリンシパルコンペティションTV #4	The Body Fit #1 3:30 The Body Fit #2	ENJOY!チア☆エクサ #3	スーパーキッズ2022 FINAL #2	(新)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #1
午後 4:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #11	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #2	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #1	The Body Fit #3 4:30 The Body Fit #4	ENJOY!チア☆エクサ #4	B-boy列伝 ~Kaku~	
午後 5:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #12	(新)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #1	PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #5 5:30 (終)PIXMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6	The Body Fit #5 5:30 The Body Fit #6	ENJOY!チア☆エクサ #5	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(後編) 5:30 ハロプロダンス学園シーズン8 #3	
午後 6:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #13	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 YAMASHOver.#4	第1回FIDA GOLD CUP	8:15	(終)ENJOY!チア☆エクサ #6	マイナビDANCE ALIVE HERO'S 2022 FINAL #2 6:00	ハロプロダンスアカデミー #11
午後 7:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #14	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1	SHOW CHAMPION #426	7:00	ヨガから始まる美女の休日 #5	(終)ハロプロダンスアカデミー #12	
午後 8:00	SHOW CHAMPION #439	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2	【生放送】第一生命 D.LEAGUE 22-23 ROUND.12	SHOW CHAMPION #431	7:30	ヨガから始まる美女の休日 #3	
午後 9:00	SHOW CHAMPION #438	SHOW CHAMPION #440	Hawaiiフラ紀行シーズン3 #11 9:30 ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1030	SHOW CHAMPION #436 8:25 SHOW CHAMPION #427	8:25	The Body Fit #9 8:30	ショー!K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #127
午後 10:00	SHOW CHAMPION #432	ショー!K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #131	翰師里保のONE STEP #4 10:00 (終)翰師里保のONE STEP #5	SHOW CHAMPION #427 9:00 ショー!K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #129	SHOW CHAMPION #434 9:40	SHOW CHAMPION #421	ショー!K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130
深夜 0:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	(終)ゴーゴーダンサーズ! #6	真夜中のヒーリングヨガ〜City View に包まれて〜 #1	SHOW CHAMPION #435 10:30	SHOW CHAMPION #435	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	(終)ENJOY!チア☆エクサ2 #6
深夜 1:00	ENJOY!チア☆エクサ2 #4	癒されたい美女たち2 #5	The Body Fit #5 1:30 The Body Fit #6	ENJOY!チア☆エクサ2 #5	(終)癒されたい美女たち2 #6	(新)ヨガにハマる #1 1:30 ヨガにハマる #2	完全燃焼ガール〜大人のダンスフィットネス、ときどき筋トレ〜 #1
深夜 2:00	完全燃焼ガール〜大人のダンスフィットネス、ときどき筋トレ〜 #5	ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #2 2:30 ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #3	サーフフィットで爽快エクサ! #5	(終)完全燃焼ガール〜大人のダンスフィットネス、ときどき筋トレ〜 #6	ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #4 2:30 ココロもカラダも 簡単!セクシーヨガ #6	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6	癒されたい美女たち #2
深夜 3:00	癒されたい美女たち #4	(終)美body♡アクアピクス女子 #3	快汗!セクシーRunトレ #11	(終)癒されたい美女たち #6	美body♡アクアピクス女子 #2	快汗!セクシーRunトレ #1	ゴーゴーダンサーズ! #2

【ダンスチャンネル4月第3週】

	月 4月10日	火 4月11日	水 4月12日	木 4月13日	金 4月14日	土 4月15日	日 4月16日
午前 4:00	高校ストリートダンス選手権2023 第一回予選大会	ヨガから始まる美女の休日 #1	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #4	(終)レグトンエクサ2〜惱殺ダンスウーマン〜 #3	ヨガから始まる美女の休日 #3	(終)真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #6	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #8
午前 5:00	The Body Fit #9	癒されたい美女たち2 #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	The Body Fit #13	ENJOY! テア☆エクサ #5	ヨガから始まる美女の休日 #5	The Body Fit #17
5:30	The Body Fit #10			The Body Fit #14			The Body Fit #18
午前 6:00	The Body Fit #11	癒されたい美女たち2 #3	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	The Body Fit #15	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6	The Body Fit #19
6:30	The Body Fit #12			The Body Fit #16			The Body Fit #20
午前 7:00	ハロプロダンスアカデミー #11	(終)第9回 プリンシパルコンペティションTV #4	癒されたい美女たち2 #1	第12回全日本高等学校チームダンス選手権大会 全国決勝大会〜小編成部門〜	(終)ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2022 #12	ハロプロダンスアカデミー #2	ブラックプール選手権 2021 #1
7:30	(終)ハロプロダンスアカデミー #12					ハロプロダンスアカデミー #3	
午前 8:00	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(後編)	CDE Cheerleading Championship 2022 #1	癒されたい美女たち2 #2	B-boy列伝 ~Kaku~	2022ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2022日本学生チアリーディング選手権大会 #1	降幡愛のA面/B面 #5	ブラックプール選手権 2021 #2
8:30	ハロプロダンス学園シーズン8 #4					(終)降幡愛のA面/B面 #6	
午前 9:00	ENJOY! テア☆エクサ2 #5	The Body Fit #9	スーパーキッズ2022 FINAL #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	The Body Fit #13	ENJOY! テア☆エクサ #5	ヨガから始まる美女の休日 #5
9:30		The Body Fit #10					
午前 10:00	(終)ENJOY! テア☆エクサ2 #6	The Body Fit #11	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	The Body Fit #15	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6
10:30	The Body Fit #12	The Body Fit #16					
午前 11:00	サーフフィットで爽快エクサ! #1	ハロプロダンスアカデミー #11	ダンスビュウTV #145	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(前編)	(新)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #1	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1031	第8回 プリンシパルコンペティションTV #1
11:30	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #2	(終)ハロプロダンスアカデミー #12		ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(後編)		Hawaiiフラ紀行シーズン4 #8	
午後 0:00	サーフフィットで爽快エクサ! #2	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(後編)	インフォメーション	ハロプロダンスアカデミー #11	インフォメーション	第39回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #1	第8回 プリンシパルコンペティションTV #2
午後 1:00	スーパーキッズ2022 FINAL #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #5	The Body Fit #9	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #2	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1	The Body Fit #13	ENJOY! テア☆エクサ #5
1:30			The Body Fit #10				
午後 2:00	(終)ENJOY! テア☆エクサ2 #6	The Body Fit #11	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #3	AKB48踊る女子旅2 #4	The Body Fit #15	The Body Fit #15	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6
2:30							
午後 3:00	カリスマ go to SKOOL! #67	(新)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #1	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #2	癒されたい美女たち2 #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	スーパーキッズ2022 FINAL #3	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #1
4:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #15						
午後 5:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #16	高校ストリートダンス選手権2023 第一回予選大会	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #5	癒されたい美女たち2 #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	ストリートダンス ベーシック WAACKING編	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会
5:30	(終)USA オールスター ナショナルズ 2022 #18	(終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6	(終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6				(終)THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会
午後 6:00	USA オールスター ナショナルズ 2022 #17	The Body Fit #13	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.11(後編)	SHOW CHAMPION #440	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	第1回FIDA GOLD CUP	ハロプロダンスアカデミー #4
6:30	(終)USA オールスター ナショナルズ 2022 #18	The Body Fit #14	(終)ハロプロダンス学園シーズン8 #6			SHOW CHAMPION #433	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #129
午後 7:00	(終)USA オールスター ナショナルズ 2022 #18	The Body Fit #15	ブラックプール選手権 2021 #1	SHOW CHAMPION #420	SHOW CHAMPION #439	SHOW CHAMPION #426	The Body Fit #13
7:30	The Body Fit #16	SHOW CHAMPION #428	SHOW CHAMPION #429				The Body Fit #14
午後 8:00	第1回FIDA GOLD CUP	The Body Fit #17	ブラックプール選手権 2021 #2	SHOW CHAMPION #423	SHOW CHAMPION #425	SHOW CHAMPION #422	The Body Fit #15
8:15	SHOW CHAMPION #428	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #128	SHOW CHAMPION #429				SHOW CHAMPION #423
午後 9:00	9:35	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #128	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #131	SHOW CHAMPION #423	SHOW CHAMPION #426	SHOW CHAMPION #425
9:45	(終)Hawaiiフラ紀行シーズン3 #12						
午後 10:00	10:50	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #127	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #128	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130	SHOW CHAMPION #423	SHOW CHAMPION #426	SHOW CHAMPION #425
10:30	SHOW CHAMPION #429						
午後 11:00	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #127	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #128	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #131	SHOW CHAMPION #423	SHOW CHAMPION #426	SHOW CHAMPION #425
深夜 0:00	(新)ヨガにハマる #1	サーフフィットで爽快エクサ! #1	筋トレフィットガール♡ #3	(新)ヨガにハマる #1	サーフフィットで爽快エクサ! #2	筋トレフィットガール♡ #4	快汗! セクシーRunトレ #4
0:30	ヨガにハマる #2						
深夜 1:00	快汗! セクシーRunトレ #2	【自撮り美女】家トレはじめました! #5	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #7	快汗! セクシーRunトレ #3	【自撮り美女】家トレはじめました! #6	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #9	癒されたい美女たち2 #3
深夜 2:00	癒されたい美女たち2 #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #1	癒されたい美女たち2 #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	ENJOY! テア☆エクサ2 #2	ヨガから始まる美女の休日 #4
深夜 3:00	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #3	レグトンエクサ2〜惱殺ダンスウーマン〜 #2	ヨガから始まる美女の休日 #2	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #5	(新)快汗! セクシーRunトレ #1	ENJOY! テア☆エクサ #5

【ダンスチャンネル4月第4週】

	月 4月17日	火 4月18日	水 4月19日	木 4月20日	金 4月21日	土 4月22日	日 4月23日
午前 4:00	ストリートダンス ベーシック HOUSE 編	(終)癒されたい美女たち #6	美body♡アクアピクス女子 #2	快汗！セクシーRunトレ #6	癒されたい美女たち #2	美body♡アクアピクス女子 #1	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #9
午前 5:00	The Body Fit #1	ENJOY！チア☆エクサ #3	ヨガから始まる美女の休日 #3	The Body Fit #5	サーフフィットで爽快エクサ！ #1	ENJOY！チア☆エクサ2 #5	The Body Fit #9
	The Body Fit #2			The Body Fit #6			The Body Fit #10
午前 6:00	The Body Fit #3	ENJOY！チア☆エクサ #4	ヨガから始まる美女の休日 #4	The Body Fit #7	サーフフィットで爽快エクサ！ #2	(終)ENJOY！チア☆エクサ2 #6	The Body Fit #11
	The Body Fit #4			The Body Fit #8			The Body Fit #12
午前 7:00	ハロプロダンスアカデミー #6	CDE Cheerleading Championship 2022 #1	ENJOY！チア☆エクサ #3	ダンスビュウTV #146	2022ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2022日本学生チアリーディング選手権大会 #1	PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #2	ダンスビュウTV #146
	ハロプロダンスアカデミー #7					PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #3	
午前 8:00	(終)AKB48踊る女子旅2 #5	CDE Cheerleading Championship 2022 #2	ENJOY！チア☆エクサ #4	8:15	2022ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2022日本学生チアリーディング選手権大会 #2	ハロプロダンス学園シーズン7 #2	8:15
	インフォメーション			インフォメーション		8:30	(新)ハロプロダンス学園シーズン9 #1
				8:45			8:45
							第1回FIDA GOLD CUP
午前 9:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	The Body Fit #1	スーパーキッズ2022 FINAL #3	ヨガから始まる美女の休日 #3	The Body Fit #5	サーフフィットで爽快エクサ！ #1	ENJOY！チア☆エクサ2 #5
		The Body Fit #2			The Body Fit #6		
午前 10:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	The Body Fit #3		ヨガから始まる美女の休日 #4	The Body Fit #7	サーフフィットで爽快エクサ！ #2	(終)ENJOY！チア☆エクサ2 #6
		The Body Fit #4			The Body Fit #8		
午前 11:00	癒されたい美女たち #1	ハロプロダンスアカデミー #8	DCG 第10回 全国高等学校ダンス部選手権 決勝大会 #3	降幡愛のA面/B面 #5	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #3	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1032	第8回 プリンシパルコンペティション TV #2
		ハロプロダンスアカデミー #9		(終)降幡愛のA面/B面 #6		インフォメーション	
午後 0:00	癒されたい美女たち #2	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会	(終)DCG 第10回 全国高等学校ダンス部選手権 決勝大会 #4	ハロプロダンスアカデミー #11	(終)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #4	第39回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #2	第8回 プリンシパルコンペティション TV #3
		(終)THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上		(終)ハロプロダンスアカデミー #12			
午後 1:00	スーパーキッズ2022 FINAL #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	The Body Fit #1	降幡愛のA面/B面 #1	The Body Fit #5	サーフフィットで爽快エクサ！ #1	
			The Body Fit #2	降幡愛のA面/B面 #2	The Body Fit #6		
午後 2:00		ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	The Body Fit #3	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #4	The Body Fit #7	サーフフィットで爽快エクサ！ #2	
			The Body Fit #4	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #5	The Body Fit #8		
午後 3:00	カリスマ go to SKOOL！ #88	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #3	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #4	ENJOY！チア☆エクサ #3	ヨガから始まる美女の休日 #3	(終)スーパーキッズ2022 FINAL #4	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #2
午後 4:00	USA ザビーク 2022 #1	(終)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #4	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5	ENJOY！チア☆エクサ #4	ヨガから始まる美女の休日 #4		
午後 5:00	USA ザビーク 2022 #2		(終)PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6	ENJOY！チア☆エクサ #5	ヨガから始まる美女の休日 #5	(終)マイナビDANCE ALIVE HERO'S 2022 FINAL #3	
			ハロプロダンスアカデミー #10				
午後 6:00	USA ザビーク 2022 #3	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #2	THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上委員会 YAMASHO ver.#5	第1回FIDA GOLD CUP	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6	The Body Fit #9	
			(終)THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上				
午後 7:00	USA ザビーク 2022 #4		SHOW CHAMPION #439			The Body Fit #10	
			ダンスビュウTV #146				
午後 8:00	ミスカレッジダンサー2021FINAL ダ	The Body Fit #4	8:15	ショー！K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #127		SHOW CHAMPION #438	
			第1回FIDA GOLD CUP				
	SHOW CHAMPION #434		Hawaiiフラ紀行シーズン4 #1				
		SHOW CHAMPION #441	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #2	SHOW CHAMPION #424			
午後 9:00				SHOW CHAMPION #430		ショー！K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #131	B-boy列伝 ~Kaku~
			ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1031				第1回FIDA GOLD CUP
午後 10:00	SHOW CHAMPION #427				SHOW CHAMPION #440		SHOW CHAMPION #437
		ショー！K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #132	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	(終)精師里保のONE STEP #5			
				PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #1			
午後 11:00	ショー！K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #128	(新)ヨガにハマる #1	【自撮り美女】家トレはじめました！ #7	ハロプロダンス学園シーズン7 #1	ヨガにハマる #3	【自撮り美女】家トレはじめました！ #8	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2
		ヨガにハマる #2		(新)ハロプロダンス学園シーズン9 #1	ヨガにハマる #4		
深夜 0:00	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	(新)快汗！セクシーRunトレ2 #1	真夜中のヒーリングヨガ〜City View に包まれて〜 #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1	(新)快汗！セクシーRunトレ2 #1	真夜中のヒーリングヨガ〜City View に包まれて〜 #3	ENJOY！チア☆エクサ2 #5
深夜 1:00	ENJOY！チア☆エクサ2 #3	癒されたい美女たち2 #4	(新)ヨガにハマる #1	ENJOY！チア☆エクサ2 #4	癒されたい美女たち2 #5	ヨガにハマる #3	(新)快汗！セクシーRunトレ2 #1
			ヨガにハマる #2			ヨガにハマる #4	
深夜 2:00	(新)快汗！セクシーRunトレ2 #1	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #11	サーフフィットで爽快エクサ！ #3	(新)快汗！セクシーRunトレ2 #1	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #1	サーフフィットで爽快エクサ！ #4	癒されたい美女たち #3
		(終)ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #12			ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #2		
深夜 3:00	癒されたい美女たち #5	美body♡アクアピクス女子 #1	快汗！セクシーRunトレ #5	癒されたい美女たち #1	(終)美body♡アクアピクス女子 #3	快汗！セクシーRunトレ #7	ゴーゴーダンサーズ！ #4

【ダンスチャンネル4月第5週】

	月 4月24日	火 4月25日	水 4月26日	木 4月27日	金 4月28日	土 4月29日	日 4月30日
午前 4:00	高校ストリートダンス選手権2023 第二回予選大会	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #5	ENJOY! テア☆エクサ #4	ヨガから始まる美女の休日 #2	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #1	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #10
午前 5:00	癒されたい美女たち2 #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	The Body Fit #13 5:30 The Body Fit #14	ENJOY! テア☆エクサ #5	ヨガから始まる美女の休日 #5	The Body Fit #17 5:30 The Body Fit #18	(新)ヨガにハマる #1 5:30 ヨガにハマる #2
午前 6:00	癒されたい美女たち2 #2	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	The Body Fit #15 6:30 The Body Fit #16	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6	The Body Fit #19 6:30 The Body Fit #20	ヨガにハマる #3 6:30 ヨガにハマる #4
午前 7:00	PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #3 7:30 PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #4	CDE Cheerleading Championship 2022 #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	(終)第12回全日本高等学校チームダンス選手権大会 全国決勝大会〜大編成部門〜	2022ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2022日本学生チアリーディング選手権大会 #2	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2 7:30 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #3	ブラックプール選手権 2021 #3
午前 8:00	ハロプロダンス学園シーズン7 #3 8:30 (新)ハロプロダンス学園シーズン9 #1	CDE Cheerleading Championship 2022 #3	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	8:30 B-boy列伝 ~Kaku~	2022ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2022日本学生チアリーディング選手権大会 #3	仮面女子のキラリズム〜踊らないとハジまらない〜 #1	(終)ブラックプール選手権 2021 #4
午前 9:00	The Body Fit #9 9:30 The Body Fit #10	癒されたい美女たち2 #1	(終)スーパーキッズ2022 FINAL #4	The Body Fit #13 9:30 The Body Fit #14	ENJOY! テア☆エクサ #5	ヨガから始まる美女の休日 #5	9:15 インフォメーション 9:45 第1回FIDA GOLD CUP
午前 10:00	The Body Fit #11 10:30 The Body Fit #12	癒されたい美女たち2 #2		The Body Fit #15 10:30 The Body Fit #16	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6	The Body Fit #19 10:30 The Body Fit #20
午前 11:00	ENJOY! テア☆エクサ2 #5	11:00 PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #4 11:30 PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #5	ダンスピュウTV #146	11:00 (終)ハロプロダンス学園シーズン7 #6 11:30 (新)ハロプロダンス学園シーズン9 #1	11:00 ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1032 11:30 Hawaiiフラ紀行シーズン4 #9	8回 プリンシパルコンペティション TV #3	
午後 0:00	(終)ENJOY! テア☆エクサ2 #6	ハロプロダンス学園シーズン7 #4 0:30 (新)ハロプロダンス学園シーズン9 #1	0:15 インフォメーション 0:45 第1回FIDA GOLD CUP	0:00 PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #5 0:30 (終)PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #2	(終)第39回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #3	(終)第8回 プリンシパルコンペティションTV #4
午後 1:00	The Body Fit #9 1:30 The Body Fit #10 (終)スーパーキッズ2022 FINAL #4	癒されたい美女たち2 #1	癒されたい美女たち2 #1	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #6	ENJOY! テア☆エクサ #5	ヨガから始まる美女の休日 #5	ヨガから始まる美女の休日 #5
午後 2:00	The Body Fit #11 2:30 The Body Fit #12	癒されたい美女たち2 #2	癒されたい美女たち2 #2	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2021 イースト #7	(終)AKB48踊る女子旅2 #5 2:30 インフォメーション	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6
午後 3:00	カリスマ go to SKOOL! #69		(終)2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	The Body Fit #13 3:30 The Body Fit #14	BATTLE OF THE YEAR 2022 日本予選大会	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #3
午後 4:00	USA ザピーク 2022 #5	メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 完全版 #2	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 前編	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	The Body Fit #15 4:30 The Body Fit #16		(終)メ〜テレ60周年 第7回高校生ダンスバトル選手権 #4
午後 5:00	USA ザピーク 2022 #6		AKB48踊る女子旅 #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	The Body Fit #17 5:30 The Body Fit #18	ストリートダンス ベーシック BREAKING編	(終)THE RAMPAGE RUI&YAMASHOのパフォーマー向上
午後 6:00	(終)USA ザピーク 2022 #7	ENJOY! テア☆エクサ2 #5	ハロプロダンス学園シーズン7 #5 6:30 (新)ハロプロダンス学園シーズン9 #1	ミスカレッジダンサー2021FINAL ダ	The Body Fit #19 6:30 The Body Fit #20	第1回FIDA GOLD CUP	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #3 6:30 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #4
午後 7:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2022 イースト #1	(終)ENJOY! テア☆エクサ2 #6	ブラックプール選手権 2021 #3	SHOW CHAMPION #425 7:35	SHOW CHAMPION #421 7:15	SHOW CHAMPION #423	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 7:30 7:45
午後 8:00	SHOW CHAMPION #429	The Body Fit #13 8:30	(終)ブラックプール選手権 2021 #4	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #132	SHOW CHAMPION #441 8:35	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #130	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 8:30
午後 9:00	SHOW CHAMPION #431	SHOW CHAMPION #435 9:15 ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1032 9:45 第1回FIDA GOLD CUP	SHOW CHAMPION #422	SHOW CHAMPION #442	SHOW CHAMPION #441 9:50	SHOW CHAMPION #433	SHOW CHAMPION #439 9:50
午後 10:00	SHOW CHAMPION #436	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #127	ヨガにハマる #3 10:30 ヨガにハマる #4	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1 10:00 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #128	(新)ヨガにハマる #1 10:30 ヨガにハマる #2	ショー! K-POPの中心 ダンスチャンネルセレクション #129
深夜 0:00	(新)ヨガにハマる #1 0:30 ヨガにハマる #2	サーフフィットで爽快エクサ! #5	筋トレフィットガール♡ #5	ヨガにハマる #3 0:30 ヨガにハマる #4	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6	(終)筋トレフィットガール♡ #6	快汗! セクシーRuntレ #10
深夜 1:00	快汗! セクシーRuntレ #8	【自撮り美女】家トレはじめました! #9	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #3 1:30 ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #4	快汗! セクシーRuntレ #9	【自撮り美女】家トレはじめました! #10	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #6 1:30 ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #7	癒されたい美女たち2 #2
深夜 2:00	(終)癒されたい美女たち2 #6	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6	(終)ENJOY! テア☆エクサ2 #6	癒されたい美女たち2 #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	ENJOY! テア☆エクサ2 #1	ヨガから始まる美女の休日 #3
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日 #5	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #4	(新)快汗! セクシーRuntレ2 #1	ヨガから始まる美女の休日 #1	(終)真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #6	快汗! セクシーRuntレ2 #2	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6