

【ダンスチャンネル10月第1週】

	月 9月30日	火 10月1日	水 10月2日	木 10月3日	金 10月4日	土 10月5日	日 10月6日
午前 4:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #6	レグトンエクサ~僧侶ダンスウーマン~ #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5	癒された美女たち2 #5	レグトンエクサ~僧侶ダンスウーマン~ #2	ヨガから始まる美女の休日 #5	(終)癒された美女たち2 #6
午前 5:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #21	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7	ヨガにハマる #49	サーフフィットで爽快エクサ! #3	(終)レグトンエクサ~僧侶ダンスウーマン~ #3	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6	快汗!セクシーRunトレ4 #1
午前 6:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #22	美女と一緒に極上ストレッチ #1	ヨガにハマる #50	サーフフィットで爽快エクサ! #4	癒された美女たち2 #3	中島史恵のLOVEヨガソッド 前編	快汗!セクシーRunトレ4 #2
午前 7:00	PDXMIXのピクチャレ~To The Hot Idol~ #4	ヨガにハマる #51	ヨガにハマる #52	サーフフィットで爽快エクサ! #5	癒された美女たち2 #4	中島史恵のLOVEヨガソッド 後編	快汗!セクシーRunトレ4 #3
午前 8:00	AKB48踊る女子旅2 #4	美女と一緒に極上ストレッチ #2	美女と一緒に極上ストレッチ #1	インフォメーション	(新)USA オールスターチャレンジコンペティション 2024 イースト #1	ココロカラダも 簡単!セクシーヨガ #10	第14回全日本高等学校チームダンス選手権大会 中部予選
午前 9:00	ENJOY!チア☆エクサ #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #21	スーパーキッズ2024 沖縄予選	ヨガにハマる #48	USA オールスターチャレンジコンペティション 2024 イースト #2	ハロプロダンス学園 シーズン10 #3	FIDA GOLD CUP 2023
午前 10:00	ENJOY!チア☆エクサ #2	マッスルクイーンホームプロジェクト #22	スーパーキッズ2024 沖縄予選	ヨガにハマる #50	サーフフィットで爽快エクサ! #3	ハロプロダンス学園 シーズン10 #4	インフォメーション
午前 11:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	マッスルクイーンホームプロジェクト #23	ヨガにハマる #51	ヨガにハマる #51	サーフフィットで爽快エクサ! #4	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1070	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 #2
午後 0:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	マッスルクイーンホームプロジェクト #24	ヨガにハマる #52	ヨガにハマる #52	THE RAMPinGOOD #3	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1070	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 #3
午後 1:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #21	マッスルクイーンホームプロジェクト #22	マッスルクイーンホームプロジェクト #23	マッスルクイーンホームプロジェクト #24	THE RAMPinGOOD #4	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #1	(終)2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 #3
午後 2:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #22	マッスルクイーンホームプロジェクト #23	マッスルクイーンホームプロジェクト #24	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	THE RAMPinGOOD #5	UDOストリートダンス世界大会 2023	UDOアジアンパシフィック大会2024
午後 3:00	ENJOY!チア☆エクサ #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #24	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	マッスルクイーンホームプロジェクト #26	THE RAMPinGOOD #6	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
午後 4:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2023 イースト #8	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	マッスルクイーンホームプロジェクト #26	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	THE RAMPinGOOD #7	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
午後 5:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2023 イースト #9	マッスルクイーンホームプロジェクト #26	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	THE RAMPinGOOD #8	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
午後 6:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2023 イースト #10	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	THE RAMPinGOOD #9	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
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 2023 イースト #11	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	マッスルクイーンホームプロジェクト #30	THE RAMPinGOOD #10	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
午後 8:00	中島史恵のLOVEヨガソッド 前編	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	マッスルクイーンホームプロジェクト #30	マッスルクイーンホームプロジェクト #31	THE RAMPinGOOD #11	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
午後 9:00	中島史恵のLOVEヨガソッド 後編	マッスルクイーンホームプロジェクト #30	マッスルクイーンホームプロジェクト #31	マッスルクイーンホームプロジェクト #32	THE RAMPinGOOD #12	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
午後 10:00	SHOW CHAMPION #475	マッスルクイーンホームプロジェクト #31	マッスルクイーンホームプロジェクト #32	マッスルクイーンホームプロジェクト #33	THE RAMPinGOOD #13	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
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 #188	マッスルクイーンホームプロジェクト #32	マッスルクイーンホームプロジェクト #33	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	THE RAMPinGOOD #14	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
深夜 0:00	快汗!セクシーRunトレ4 #6	マッスルクイーンホームプロジェクト #33	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #35	THE RAMPinGOOD #15	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
深夜 1:00	筋トレフィットガールの #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #35	マッスルクイーンホームプロジェクト #36	THE RAMPinGOOD #16	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
深夜 2:00	美bodyのアクアビクス女子 #3	マッスルクイーンホームプロジェクト #35	マッスルクイーンホームプロジェクト #36	マッスルクイーンホームプロジェクト #37	THE RAMPinGOOD #17	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦
深夜 3:00	レグトンエクサ2~僧侶ダンスウーマン~ #3	マッスルクイーンホームプロジェクト #36	マッスルクイーンホームプロジェクト #37	マッスルクイーンホームプロジェクト #38	THE RAMPinGOOD #18	UDOストリートダンス世界大会 2023	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦

【ダンスチャンネル10月第2週】

	月 10月7日	火 10月8日	水 10月9日	木 10月10日	金 10月11日	土 10月12日	日 10月13日
午前 4:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #28 4:10	マッスルクイーンホームプロジェクト #28 4:10	(終) 美女と一緒に机上ストレッチ #6	(終) 美女と一緒に机上ストレッチ #3	憧されたい美女たち #5	美女と一緒に机上ストレッチ #1	ヨガから始まる美女の休日 #1
午前 5:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #28 4:45	憧されたい美女たち #4	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	(終) 憧されたい美女たち #6	美女と一緒に机上ストレッチ #2	憧されたい美女たち2 #5
午前 6:00	サーフフィットで爽快エクサ! #5 5:20	美女と一緒に机上ストレッチ #3	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	ヨガにハマる #53	(終) 憧されたい美女たち2 #6
午前 7:00	STU48のSTUでいダンス #3 7:25	美女と一緒に机上ストレッチ #4	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	(終) 快汗! セクシーRunトレ4 #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	ヨガにハマる #49	ダンスビュウTV #175
午前 8:00	ハロプロダンス学園シーズン10 #5 8:30	USA ジャパン チアリーディング&ダンス学生選手権大会 2022 イースト #1	美女と一緒に机上ストレッチ #4	第14回全日本高等学校チームダンス選手権大会 中部予選	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #3	AKB48 踊る女子隊2 #4	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1070
午前 9:00	(終) ハロプロダンス学園シーズン10 #6 9:05	USA ジャパン チアリーディング&ダンス学生選手権大会 2022 イースト #2	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #4	(終) AKB48 踊る女子隊2 #5	インフォメーション
午前 10:00	ENJOY! テア☆エクサ #3 9:40	サーフフィットで爽快エクサ! #5	スーパーキッズ2024 関東予選3回戦	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	快汗! セクシーRunトレ4 #5	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	(終) ヨガにハマる #54
午前 11:00	ENJOY! テア☆エクサ #4 10:25	(終) サーフフィットで爽快エクサ! #6	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	快汗! セクシーRunトレ4 #6	ヨガにハマる #50	ヨガにハマる #48
午後 0:00	快汗! セクシーRunトレ4 #3 11:30	ハロプロダンス学園 番外活動 Vol.13(前編)	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	白帯のONE STEP #2	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1070	(新) 2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #1
午後 1:00	快汗! セクシーRunトレ4 #4 11:55	ハロプロダンス学園 番外活動 Vol.13(後編)	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 #2	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	第41回三笠杯 全日本ダンススポーツ選手権 #1	第8回高校生ダンスバトル選手権 #5	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #2
午後 2:00	THE RAMPinGOOD #7 12:25	サーフフィットで爽快エクサ! #5	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 #2	第8回高校生ダンスバトル選手権 #4	快汗! セクシーRunトレ4 #5	憧されたい美女の休日シーズン3 #3	憧されたい美女の休日シーズン3 #3
午後 3:00	THE RAMPinGOOD #8 12:50	ENJOY! テア☆エクサ #3	(終) 2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 #3	(終) 第8回高校生ダンスバトル選手権 #4	WHITE SCORPION レベチっ! #3	(終) 快汗! セクシーRunトレ4 #6	憧されたい美女の休日シーズン3 #4
午後 4:00	ENJOY! テア☆エクサ #4 3:05	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #3	美女と一緒に机上ストレッチ #3	白帯のONE STEP #4	WHITE SCORPION レベチっ! #4	スーパークイズ2024 九州予選	OLD SCHOOL NIGHT VOL.25
午後 5:00	第8回高校生ダンスバトル選手権 #1 4:30	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #4	美女と一緒に机上ストレッチ #4	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	AKB48 踊る女子隊2 #1
午後 6:00	USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2023 イースト #12 5:40	第8回高校生ダンスバトル選手権 #2	THE RAMPAGE RUIYAMASHOのバフォーマー向上委員会 RUIver.#5	美女と一緒に机上ストレッチ #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	AKB48 踊る女子隊2 #2
午後 7:00	(終) USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2023 イースト #13 6:15	第8回高校生ダンスバトル選手権 完全版 中部予選 後編	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	(終) 美女と一緒に机上ストレッチ #6	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	マッスルクイーンホームプロジェクト #30	AKB48 踊る女子隊2 #2
午後 8:00	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 前編 7:30	マイナビDANCE ALIVE HERO'S 2022 FINAL #2	ストリートダンス ベーシック B-GIRLING編	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #163	USA ジャパン チアリーディング&ダンス学生選手権大会/USA ジャパン オールスター チャレンジコンペティション 2023 センtral #1	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #166	(終) THE RAMPAGE + THE RAMPAGE #8
午後 9:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #25 8:20	SHOW CHAMPION #472	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #9	マッスルクイーンホームプロジェクト #167	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #177	SHOW CHAMPION #473	WHITE SCORPION レベチっ! #1
午後 10:00	SHOW CHAMPION #474	レイトンエクサ2~恒毅ダンスウーマン~ #2	【自撮り美女】家トレはじめました! #11	THE RAMPinGOOD #7	THE RAMPinGOOD #8	レイトンエクサ2~恒毅ダンスウーマン~ #3	SHOW CHAMPION #474
午後 11:00	SHOW CHAMPION #475	ヨガにハマる #51	マッスルクイーンホームプロジェクト #33	THE RAMPinGOOD #8	THE RAMPinGOOD #8	憧されたい美女の休日シーズン3 #3	SHOW CHAMPION #475
深夜 0:00	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #164 11:35	ヨガにハマる #52	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	AKB48 踊る女子隊2 #4	(新) ちなつ式ピラティス・メソッド #1	(終) 【自撮り美女】家トレはじめました! #12	ENJOY! テア☆エクサ #5
深夜 1:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #28 11:55	ヨガにハマる #53	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	(終) AKB48 踊る女子隊2 #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	憧されたい美女たち2 #2	憧されたい美女たち #1
深夜 2:00	憧されたい美女たち2 #1 12:30	快汗! セクシーRunトレ4 #3	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	憧されたい美女たち2 #2	憧されたい美女たち #1
深夜 3:00	ENJOY! テア☆エクサ #3 1:35	憧されたい美女たち2 #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	憧されたい美女たち2 #2	憧されたい美女たち #1
深夜 4:00	快汗! セクシーRunトレ #10 2:05	憧されたい美女たち2 #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	憧されたい美女たち2 #2	憧されたい美女たち #1
深夜 5:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #28 3:10	憧されたい美女たち2 #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	憧されたい美女たち2 #2	憧されたい美女たち #1
深夜 6:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #28 3:45	憧されたい美女たち2 #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #34	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	憧されたい美女たち2 #2	憧されたい美女たち #1

【ダンスチャンネル10月第4週】

	月 10月21日	火 10月22日	水 10月23日	木 10月24日	金 10月25日	土 10月26日	日 10月27日
午前 4:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #31	憧されたい美女たち #4	美女と一緒に履上ストレッテ #1	美body♡アクアピクス女子 #1	(美)憧されたい美女たち #8	美女と一緒に履上ストレッテ #2	ヨガから始まる美女の休日 #3
	マッスルクイーンホームプロジェクト #32	憧されたい美女たち #5					
午前 5:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #17		ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1	ヨガにハマる #49	憧されたい美女たち #1	美女と一緒に履上ストレッテ #3	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #3
	マッスルクイーンホームプロジェクト #18			ヨガにハマる #50			
午前 6:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #19	快汗！セクシーRuntレ2 #3		ヨガにハマる #51	憧されたい美女たち #3	美女と一緒に履上ストレッテ #4	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #4
	マッスルクイーンホームプロジェクト #20		ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2	ヨガにハマる #52			
午前 7:00	STU48のSTUでいダンス #4		快汗！セクシーRuntレ2 #3		憧されたい美女たち #4	FIDA GOLD CUP 2023 #5	ダンスビュウTV #137
	STU48のSTUでいダンス #5						
午前 8:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #18	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 前編		第14回全日本高等学校チームダンス選手権大会 九州・東北予選	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #7	(新)WHITE SCORPION レベテッ！season2 #1	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1071
	マッスルクイーンホームプロジェクト #19		快汗！セクシーRuntレ2 #4				ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7
午前 9:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #1	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州 後編		第14回全日本高等学校チームダンス選手権大会 九州・東北予選	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #8	憧されたい美女たち #3	中島史直のLOVEヨガメソッド 前編
	マッスルクイーンホームプロジェクト #2	インフォメーション		ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1	ヨガにハマる #49		中島史直のLOVEヨガメソッド 後編
午前 10:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #2	マッスルクイーンホームプロジェクト #18	チャレンジカップ2024 1st シリーズFINAL DAY1		憧されたい美女たち #4		(美)ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #12
	マッスルクイーンホームプロジェクト #19	マッスルクイーンホームプロジェクト #19		ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2	ヨガにハマる #50		
午前 11:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #20	マッスルクイーンホームプロジェクト #20			ヨガにハマる #51	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1071	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5
	サーフフィットで爽快エクサ！ #3	サーフフィットで爽快エクサ！ #4	ダンスビュウTV #137	精進屋のONE STEP #3	ヨガにハマる #52		
午後 0:00	サーフフィットで爽快エクサ！ #4	サーフフィットで爽快エクサ！ #4	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #2	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #3	チャレンジカップ2024 1st シリーズFINAL DAY2	部分復せハレレ 第2章	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #8
	THE RAMPinGOOD #8	THE RAMPinGOOD #9	マッスルクイーンホームプロジェクト #17		ヨガにハマる #49		
午後 1:00	THE RAMPinGOOD #9	THE RAMPinGOOD #9	マッスルクイーンホームプロジェクト #18		ヨガにハマる #50		憧されたい美女たち #3
	マッスルクイーンホームプロジェクト #19	マッスルクイーンホームプロジェクト #19	マッスルクイーンホームプロジェクト #20	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #4	WHITE SCORPION レベテッ！ #4	ヨガにハマる #51	憧されたい美女たち #4
午後 2:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #20	マッスルクイーンホームプロジェクト #20	マッスルクイーンホームプロジェクト #20	快汗！セクシーRuntレ2 #3	(新)WHITE SCORPION レベテッ！season2 #1	ヨガにハマる #52	憧されたい美女たち #4
	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #7	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #7	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #7	快汗！セクシーRuntレ2 #4			
午後 3:00	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #7	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #7	USA オールスター チャレンジコンペティション 2024 イースト #7	快汗！セクシーRuntレ2 #5	(新)精進屋のONE STEP #5		
	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	快汗！セクシーRuntレ2 #4	(新)7ORDER バトルの時間です!! #1	THE ROOKIES 2024 1stシリーズFINAL	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL 前編
午後 4:00	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	快汗！セクシーRuntレ2 #5			
	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5	快汗！セクシーRuntレ2 #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1		
午後 5:00	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #5	快汗！セクシーRuntレ2 #7			
	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6	快汗！セクシーRuntレ2 #8	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2		
午後 6:00	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6	快汗！セクシーRuntレ2 #9			
	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #7	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #7	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #7	快汗！セクシーRuntレ2 #10	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #3	B-boy列伝 ~Kaku~	(新)7ORDER バトルの時間です!! #1
午後 7:00	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #7	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #7	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #7	快汗！セクシーRuntレ2 #11	マッスルクイーンホームプロジェクト #29		
	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #8	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #8	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #8	快汗！セクシーRuntレ2 #12	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #476	マッスルクイーンホームプロジェクト #27
午後 8:00	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #8	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #8	(新)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #8	快汗！セクシーRuntレ2 #13	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #477	SHOW CHAMPION #477
	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7	快汗！セクシーRuntレ2 #14	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #478	SHOW CHAMPION #478
午後 9:00	SHOW CHAMPION #471	SHOW CHAMPION #471	SHOW CHAMPION #471	快汗！セクシーRuntレ2 #15	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #479	SHOW CHAMPION #479
	SHOW CHAMPION #472	SHOW CHAMPION #472	SHOW CHAMPION #472	快汗！セクシーRuntレ2 #16	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #480	SHOW CHAMPION #480
午後 10:00	SHOW CHAMPION #473	SHOW CHAMPION #473	SHOW CHAMPION #473	快汗！セクシーRuntレ2 #17	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #481	SHOW CHAMPION #481
	SHOW CHAMPION #474	SHOW CHAMPION #474	SHOW CHAMPION #474	快汗！セクシーRuntレ2 #18	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #482	SHOW CHAMPION #482
午後 11:00	SHOW CHAMPION #475	SHOW CHAMPION #475	SHOW CHAMPION #475	快汗！セクシーRuntレ2 #19	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #483	SHOW CHAMPION #483
	SHOW CHAMPION #476	SHOW CHAMPION #476	SHOW CHAMPION #476	快汗！セクシーRuntレ2 #20	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #484	SHOW CHAMPION #484
深夜 0:00	SHOW CHAMPION #477	SHOW CHAMPION #477	SHOW CHAMPION #477	快汗！セクシーRuntレ2 #21	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #485	SHOW CHAMPION #485
	SHOW CHAMPION #478	SHOW CHAMPION #478	SHOW CHAMPION #478	快汗！セクシーRuntレ2 #22	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #486	SHOW CHAMPION #486
深夜 1:00	SHOW CHAMPION #479	SHOW CHAMPION #479	SHOW CHAMPION #479	快汗！セクシーRuntレ2 #23	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #487	SHOW CHAMPION #487
	SHOW CHAMPION #480	SHOW CHAMPION #480	SHOW CHAMPION #480	快汗！セクシーRuntレ2 #24	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #488	SHOW CHAMPION #488
深夜 2:00	SHOW CHAMPION #481	SHOW CHAMPION #481	SHOW CHAMPION #481	快汗！セクシーRuntレ2 #25	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #489	SHOW CHAMPION #489
	SHOW CHAMPION #482	SHOW CHAMPION #482	SHOW CHAMPION #482	快汗！セクシーRuntレ2 #26	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #490	SHOW CHAMPION #490
深夜 3:00	SHOW CHAMPION #483	SHOW CHAMPION #483	SHOW CHAMPION #483	快汗！セクシーRuntレ2 #27	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #491	SHOW CHAMPION #491
	SHOW CHAMPION #484	SHOW CHAMPION #484	SHOW CHAMPION #484	快汗！セクシーRuntレ2 #28	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	SHOW CHAMPION #492	SHOW CHAMPION #492

【ダンスチャンネル10月第5週】

	月 10月28日	火 10月29日	水 10月30日	木 10月31日	金 11月1日	土 11月2日	日 11月3日
4:00							
4:10							
4:15							
4:20							
4:30							
4:35							
4:40							
4:45							
4:50							
4:55							
5:00							
5:05							
5:10							
5:15							
5:20							
5:25							
5:30							
5:35							
5:40							
5:45							
5:50							
5:55							
6:00							
6:05							
6:10							
6:15							
6:20							
6:25							
6:30							
6:35							
6:40							
6:45							
6:50							
6:55							
7:00							
7:05							
7:10							
7:15							
7:20							
7:25							
7:30							
7:35							
7:40							
7:45							
7:50							
7:55							
8:00							
8:05							
8:10							
8:15							
8:20							
8:25							
8:30							
8:35							
8:40							
8:45							
8:50							
8:55							
9:00							
9:05							
9:10							
9:15							
9:20							
9:25							
9:30							
9:35							
9:40							
9:45							
9:50							
9:55							
10:00							
10:05							
10:10							
10:15							
10:20							
10:25							
10:30							
10:35							
10:40							
10:45							
10:50							
10:55							
11:00							
11:05							
11:10							
11:15							
11:20							
11:25							
11:30							
11:35							
11:40							
11:45							
11:50							
11:55							
12:00							
0:00							
0:05							
0:10							
0:15							
0:20							
0:25							
0:30							
0:35							
0:40							
0:45							
0:50							
0:55							
1:00							
1:05							
1:10							
1:15							
1:20							
1:25							
1:30							
1:35							
1:40							
1:45							
1:50							
1:55							
2:00							
2:05							
2:10							
2:15							
2:20							
2:25							
2:30							
2:35							
2:40							
2:45							
2:50							
2:55							
3:00							
3:05							
3:10							
3:15							
3:20							
3:25							
3:30							
3:35							
3:40							
3:45							
3:50							
3:55							
4:00							