

【ダンスチャンネル2月第1週】

	月 1月27日	火 1月28日	水 1月29日	木 1月30日	金 1月31日	土 2月1日	日 2月2日
午前 4:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 3:15	美女と一緒に極上ストレッチ #5 3:15	(終)ENJOY! ティア☆エクサ #6 3:15	(終)癒されたい美女たち2 #6 3:15	美女と一緒に極上ストレッチ #1 3:25	レグトンエクサ2〜悩殺ダンスウーマン〜 #1 4:25	(終)癒されたい美女たち2 #6 4:30
		(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6 4:45			美女と一緒に極上ストレッチ #2 4:25	ENJOY! ティア☆エクサ #1 4:25	ヨガにハマる #51 4:30
午前 5:00	美女と一緒に極上ストレッチ #5 5:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #45 5:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #46 5:20	サーフフィットで爽快エクサ! #5 5:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #45 5:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #47 5:30	ヨガにハマる #52 5:35
		ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 5:50	マッスルクイーンホームプロジェクト #47 5:55		ちなつ式ピラティス・メソッド #2 5:30	サーフフィットで爽快エクサ! #5 5:30	ヨガにハマる #53 5:35
午前 6:00	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6 6:55	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 6:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 6:25	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6 6:35	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 6:35	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6 6:35	(終)ヨガにハマる #54 6:40
		(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 6:55					ストリートダンス ベーシック JAZZ編 LEVEL 1 7:15
午前 7:00	THE RAMPinGOOD SEASON2 #2 7:25	THE RAMPinGOOD SEASON2 #3 7:30	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 7:10			ちなつ式ピラティス・メソッド #3 7:40	
		2022ジャパンオープンチアリーダー選手権大会・2022日本学生チアリーダー選手権大会 #2 8:00		全日本高校ストリートダンススクライマックス2024 FINAL 8:05	(新)CDE Cheerleading Championship 2024 #1 8:15	PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #1 8:15	マイナビDANCE ALIVE HERO'S 2022 FINAL #2 8:15
午前 8:00	(終)WHITE SCORPION レベテッ! season2 #6 8:30		(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 8:35			PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #2 8:45	
	PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #1 8:35	2022ジャパンオープンチアリーダー選手権大会・2022日本学生チアリーダー選手権大会 #3 8:35			CDE Cheerleading Championship 2024 #2 8:45	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 8:50	ENJOY! ティア☆エクサ #1 8:50
午前 9:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 9:40	美女と一緒に極上ストレッチ #5 9:40	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL 後編 9:10	マッスルクイーンホームプロジェクト #45 9:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #45 9:30	サーフフィットで爽快エクサ! #5 9:30	ENJOY! ティア☆エクサ #2 9:35
				マッスルクイーンホームプロジェクト #46 10:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #47 10:35	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 10:35	ENJOY! ティア☆エクサ #2 10:35
午前 10:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 10:10			マッスルクイーンホームプロジェクト #48 11:15	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 11:30	サーフフィットで爽快エクサ! #6 11:30	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #4 11:30
		(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6 11:15			THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #5 11:30		(終)第40回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #3 11:30
午前 11:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3 11:35	(終)WHITE SCORPION レベテッ! season2 #6 11:35	ダンスビューTV #140 11:35		(終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6 11:35		ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #5 11:35
		THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1 11:35					ヨガにハマる #51 11:30
午後 0:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4 12:20	(終)7ORDER バトルの時間です!! #6 12:20	美女と一緒に極上ストレッチ #5 12:20	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #3 12:40	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 12:40	ヨガにハマる #52 12:40	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 12:40
		WHITE SCORPION レベテッ! season2 #1 12:50				ヨガにハマる #53 12:50	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 12:50
午後 1:00	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL 後編 2:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 2:00	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6 2:00	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #4 2:45	ハロプロダンス学園 シーズン11 #4 2:35	(終)ヨガにハマる #54 2:35	
				ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 3:00	ハロプロダンス学園 シーズン11 #5 3:00		
午後 3:00	(終)高校ストリートダンス選手権2024 決勝大会 Vol.3 3:30	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 3:30	(新)CDE Cheerleading Championship 2024 #1 3:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #45 3:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #45 3:40	PIXMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #2 3:40	スーパーキッズ2024 中部予選5回戦 前編 3:40
						インフォメーション 4:45	スーパーキッズ2024 中部予選5回戦 後編 3:40
午後 4:00	USA スクールアンドカレッジナショナルズ 2024 #9 5:40	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 5:05	THE RAMPinGOOD SEASON2 #2 5:35	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1 5:35	マッスルクイーンホームプロジェクト #46 5:30	ストリートダンス ベーシック JAZZ編 5:05	THE RAMPinGOOD #9 5:35
			THE RAMPinGOOD SEASON2 #3 5:35		マッスルクイーンホームプロジェクト #47 5:30		THE RAMPinGOOD #10 5:35
午後 5:00	(終)USA スクールアンドカレッジナショナルズ 2024 #10 6:15	マイナビDANCEALIVE 2024 FINAL #1 7:15	カリスマ go to SKOOL! ~THE BATTLE! ~ #74 7:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #37 7:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #17 7:30	FIDA GOLD CUP 2024 6:45	THE RAMPinGOOD SEASON2 #3 6:40
							THE RAMPinGOOD SEASON2 #4 6:40
午後 6:00	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関西 前編 7:50	SHOW CHAMPION #481 8:20	ハワイフラ紀行シーズン4 #1 8:30	USA ジャパン チアリーダー&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 ウエスト #6 8:30	SHOW CHAMPION #478 8:45	ストリートダンス ベーシック B-GIRLING編 LEVEL 1&2 7:05	(終)THE RAMPinGOOD #12 7:15
							ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #173 7:40
午後 7:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 9:25	SHOW CHAMPION #479 9:25	快汗! セクシーRunトレ3 #4 9:30	SHOW CHAMPION #483 9:25	SHOW CHAMPION #481 9:25	SHOW CHAMPION #482 9:25	SHOW CHAMPION #479 9:25
午後 8:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 10:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #47 10:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 10:30	THE RAMPinGOOD SEASON2 #2 10:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #37 10:30	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1 10:30	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 10:15
			(終)美body♡アクアピクス女子 #3 11:00	ハロプロダンス学園 シーズン11 #3 11:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #38 11:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #39 11:30	
午後 9:00	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #173 11:25	快汗! セクシーRunトレ #6 11:35	筋肉レフィットガール♡ #2 11:35	ハロプロダンス学園 シーズン11 #4 11:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #40 11:30	美body♡アクアピクス女子 #1 11:35	【自撮り美女】家トレはじめました! #3 11:20
深夜 0:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 0:30	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #8 0:40	ヨガにハマる #53 0:40	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6 0:20	快汗! セクシーRunトレ #7 0:20	筋肉レフィットガール♡ #3 0:10	ヨガから始まる美女の休日 #5 0:25
深夜 1:00	【自撮り美女】家トレはじめました! #1 1:35	(終)ヨガにハマる #54 1:45	(終)ヨガにハマる #54 1:45	【自撮り美女】家トレはじめました! #2 1:45	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #10 1:45	ヨガにハマる #49 1:45	美女と一緒に極上ストレッチ #2 1:30
深夜 2:00	癒されたい美女たち #1 2:40	(終)快汗! セクシーRunトレ4 #6 2:40	(終)快汗! セクシーRunトレ4 #6 2:30	ヨガから始まる美女の休日 #4 2:30	癒されたい美女たち #1 2:15	快汗! セクシーRunトレ4 #1 2:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #41 2:35
深夜 3:00	(終)レグトンエクサ2〜悩殺ダンスウーマン〜 #3 3:45	癒されたい美女たち2 #5 3:45	癒されたい美女たち2 #5 3:20	美女と一緒に極上ストレッチ #1 3:20	レグトンエクサ2〜悩殺ダンスウーマン〜 #1 3:25	(終)癒されたい美女たち2 #6 3:40	マッスルクイーンホームプロジェクト #42 3:05
							マッスルクイーンホームプロジェクト #43 3:40

【ダンスチャンネル2月第2週】

	月 2月3日	火 2月4日	水 2月5日	木 2月6日	金 2月7日	土 2月8日	日 2月9日
午前 4:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #43	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2	ENJOY! ティア☆エクサ2 #3	【自撮り美女】家トレはじめました! #5	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	ENJOY! ティア☆エクサ2 #4	【自撮り美女】家トレはじめました! #6
	マッスルクイーンホームプロジェクト #44						
午前 5:00	ヨガにハマる #49	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3		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2 #5	ENJOY! ティア☆エクサ2 #5	美女と一緒に極上ストレッチ #1
	ヨガにハマる #50			マッスルクイーンホームプロジェクト #18		ヨガにハマる #53	
午前 6:00	ヨガにハマる #51	中島史恵の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 #19	ちなつ式ピラティス・メソッド #4	(終)ヨガにハマる #54	美女と一緒に極上ストレッチ #2
	ヨガにハマる #52	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4				
午前 7:00	THE RAMPinGOOD SEASON2 #3	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #7	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編		ちなつ式ピラティス・メソッド #5	ヨガにハマる #49	
	THE RAMPinGOOD SEASON2 #4					ヨガにハマる #50	ダンスビューTV #179
午前 8:00	PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #1	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 #4	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL 前編	CDE Cheerleading Championship 2024 #3	ハロプロダンス学園 シーズン12 #1	
	PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #2	(終)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 #5	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #7			ハロプロダンス学園 シーズン12 #2	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1079
午前 9:00	美女と一緒に極上ストレッチ #1	ヨガにハマる #49		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 #17	ちなつ式ピラティス・メソッド #4	ヨガにハマる #53
		ヨガにハマる #50	スーパーキッズ2024 中部予選5回戦 前編				(終)ヨガにハマる #54
午前 10:00	美女と一緒に極上ストレッチ #2	ヨガにハマる #51		マッスルクイーンホームプロジェクト #18	マッスルクイーンホームプロジェクト #18	ちなつ式ピラティス・メソッド #5	ヨガにハマる #49
		ヨガにハマる #52		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		ヨガにハマる #50
午前 11:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	(終)THE RAMPinGOOD #12	マッスルクイーンホームプロジェクト #20	インフォメーション	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #5
		THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2	インフォメーション				
午後 0:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	WHITE SCORPION レベテッ! #3	ヨガにハマる #49	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #4	スーパーキッズ2024 中部予選5回戦 後編	マッスルクイーンホームプロジェクト #17	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #6
		WHITE SCORPION レベテッ! #4	ヨガにハマる #50			マッスルクイーンホームプロジェクト #18	ちなつ式ピラティス・メソッド #4
午後 1:00			ヨガにハマる #51	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #5	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	2:00
	スーパーキッズ2024 中部予選5回戦 前編	美女と一緒に極上ストレッチ #1	ヨガにハマる #52		ハロプロダンス学園 課外活動Vol.13 前編	マッスルクイーンホームプロジェクト #20	ちなつ式ピラティス・メソッド #5
午後 3:00				中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.13 後編		3:00
	第8回高校生ダンスバトル選手権 #1	美女と一緒に極上ストレッチ #2		中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	WHITE SCORPION レベテッ! season2 #1		
午後 4:00				(終)CDE Cheerleading Championship 2024 #4	WHITE SCORPION レベテッ! season2 #2	スーパーキッズ2024 北関東予選	チャレンジカップ2024 北関東予選
				ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #7			
午後 5:00	USA オールスター ナショナルズ 2024 #1	スーパーキッズ2024 中部予選5回戦 後編	THE RAMPinGOOD SEASON2 #3	美女と一緒に極上ストレッチ #1		高校ストリートダンス選手権2024 第一回予選大会	THE RAMPinGOOD #10
			THE RAMPinGOOD SEASON2 #4		ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4		THE RAMPinGOOD #11
午後 6:00	USA オールスター ナショナルズ 2024 #2			美女と一緒に極上ストレッチ #2		高校ストリートダンス選手権2024 第二回予選大会	THE RAMPinGOOD SEASON2 #4
		マイナビDANCEALIVE 2024 FINAL #2	ダンスビューTV #179		ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5		THE RAMPinGOOD SEASON2 #5
午後 7:00	USA オールスター ナショナルズ 2024 #3		B-boy列伝 ~Kaku~	SHOW CHAMPION #483	(終)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 ウェスト #7	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ション #171	マッスルクイーンホームプロジェクト #35
			ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1078	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1078			SHOW CHAMPION #482
午後 8:00	USA オールスター ナショナルズ 2024 #4	SHOW CHAMPION #484			ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #2		
午後 9:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #2	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ション #175	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ション #172	SHOW CHAMPION #480	SHOW CHAMPION #481	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ション #175
			サーフフィットで爽快エクサ! #1				
午後 10:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #38			THE RAMPinGOOD SEASON2 #3	マッスルクイーンホームプロジェクト #47		10:15
				THE RAMPinGOOD SEASON2 #4	マッスルクイーンホームプロジェクト #48	サーフフィットで爽快エクサ! #2	(終)真夜中のヒーリングヨガ~City Viewに包まれて~ #6
午後 11:00	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ション #174	マッスルクイーンホームプロジェクト #46	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #5	ハロプロダンス学園 シーズン11 #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #49		11:20
		ヨガにハマる #51			(終)ハロプロダンス学園 シーズン11 #6	マッスルクイーンホームプロジェクト #50	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #6
深夜 0:00	真夜中のヒーリングヨガ~City Viewに包まれて~ #4	ヨガにハマる #52	美女と一緒に極上ストレッチ #3		ヨガにハマる #53		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~ #2
				真夜中のヒーリングヨガ~City Viewに包まれて~ #5		美女と一緒に極上ストレッチ #4	
深夜 1:00		ちなつ式ピラティス・メソッド #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #1		(終)ヨガにハマる #54		快汗! セクシーRunトレ3 #2
	(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	ヨガにハマる #53	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	ちなつ式ピラティス・メソッド #3		ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #3	
深夜 2:00		快汗! セクシーRunトレ2 #1	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5 #4	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6
	(終)快汗! セクシーRunトレ3 #6			快汗! セクシーRunトレ3 #1	快汗! セクシーRunトレ2 #2	癒されたい美女たち2 #2	
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2	ENJOY! ティア☆エクサ2 #2	【自撮り美女】家トレはじめました! #4				ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1
		ENJOY! ティア☆エクサ2 #3		ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	ENJOY! ティア☆エクサ2 #4	【自撮り美女】家トレはじめました! #6	サーフフィットで爽快エクサ! #3

【ダンスチャンネル2月第3週】

	月 2月10日	火 2月11日	水 2月12日	木 2月13日	金 2月14日	土 2月15日	日 2月16日
午前 4:00	サーフフィットで爽快エクサ! #3	ENJOY! テア☆エクサ #2	ヨガから始まる美女の休日 #2	美女と一緒に極上ストレッチ #4	ENJOY! テア☆エクサ #4	ヨガから始まる美女の休日 #3	美女と一緒に極上ストレッチ #5
4:45		ENJOY! テア☆エクサ #3	4:50		ENJOY! テア☆エクサ #5	ヨガから始まる美女の休日 #4	サーフフィットで爽快エクサ! #1
午前 5:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	5:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #21				
5:35	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	5:50	マッスルクイーンホームプロジェクト #22	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	5:30	ヨガにハマる #49	
6:20	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #8	6:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #23	6:05	6:00	美女と一緒に極上ストレッチ #3	サーフフィットで爽快エクサ! #2
6:55		(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6	マッスルクイーンホームプロジェクト #24	ちなつ式ピラティス・メソッド #1	6:35	6:35	6:40
午前 7:00	THE RAMPinGOOD SEASON2 #4	7:25		7:10	7:05	美女と一緒に極上ストレッチ #4	ストリートダンス ベーシック JAZZ編 LEVEL 2
7:25	THE RAMPinGOOD SEASON2 #5	7:30	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5		7:40	7:40	ストリートダンス ベーシック JAZZ編 LEVEL 3
8:00	2023 JODA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #1	8:05		ダンスビューTV #179	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #1	PIXMIIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #2	FIDA GOLD CUP 2024
8:30	ハロプロダンス学園 シーズン12 #2	8:35	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6		8:15	8:15	8:20
8:30	ハロプロダンス学園 シーズン12 #3	8:35		9:50	8:45	8:50	インフォメーション
9:05	ヨガにハマる #51	9:10		インフォメーション	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #2	9:20	美女と一緒に極上ストレッチ #3
9:35	ヨガにハマる #52	9:40		マッスルクイーンホームプロジェクト #21	9:50	9:50	9:55
10:10	ヨガにハマる #53	10:30	スーパークッズ2024 北関東予選	マッスルクイーンホームプロジェクト #22	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	10:25	美女と一緒に極上ストレッチ #4
10:40	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	10:55		マッスルクイーンホームプロジェクト #23	10:55	11:00	11:00
11:15	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	11:15		マッスルクイーンホームプロジェクト #24	ちなつ式ピラティス・メソッド #1	11:30	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #6
午後 0:00	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #8	11:50		11:30	0:00	0:00	0:00
0:20	ハロプロダンス学園 シーズン12 #3	0:20		0:00	7ORDER バトルの時間でず!! #1	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 2024 #7
0:55	ハロプロダンス学園 シーズン12 #4	0:55		0:35		0:35	0:50
1:25	WHITE SCORPION レベテっ! season2 #1	1:25	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #5	チャレンジカップ2024 北関東予選	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	ヨガにハマる #49
1:40	WHITE SCORPION レベテっ! season2 #2	1:40				1:55	1:30
2:00	スーパークッズ2024 北関東予選	2:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #6	2:05		2:00
2:30	ヨガにハマる #51	2:25		THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1	2:35	ちなつ式ピラティス・メソッド #1	ヨガにハマる #51
3:05	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #8	3:00		THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2	3:00		3:00
3:30	ヨガにハマる #53	3:35		3:10	3:10		
3:50	USA オールスターナショナルズ 2023 #18	3:50		3:50	3:40		
4:10	(終)ヨガにハマる #54	4:00		4:15	4:15		
4:35	第8回高校生ダンスバトル選手権 #2	(終)USA オールスターナショナルズ 2023 #19	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6	インフォメーション	4:45		
5:05	USA オールスターナショナルズ 2024 #5	5:05		マッスルクイーンホームプロジェクト #21	5:00	5:00	5:05
5:40	USA オールスターナショナルズ 2024 #6	5:35		マッスルクイーンホームプロジェクト #22	5:35	5:35	5:35
6:15	USA オールスターナショナルズ 2024 #8	6:10		マッスルクイーンホームプロジェクト #23	6:05	6:05	(終)THE RAMPinGOOD #12
6:45	(終)マイナビ DANCEALIVE 2024 FINAL #3	6:40		6:20	6:20	6:40	THE RAMPinGOOD SEASON2 #5
7:15	USA オールスターナショナルズ 2024 #7	7:15		6:55	7:10	7:10	THE RAMPinGOOD SEASON2 #6
7:30	USA オールスターナショナルズ 2024 #8	7:30		7:30	7:30	7:35	7:50
8:05	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #174	8:20		SHOW CHAMPION #479	ODE Cheerleading Championship 2023 #1	SHOW CHAMPION #484	SHOW CHAMPION #480
8:50	ハワイフラ紀行シーズン4 #3	8:50		8:45	8:40	8:45	8:45
9:05	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1079	9:25		SHOW CHAMPION #480	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #173	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #175	SHOW CHAMPION #483
9:55	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6	SHOW CHAMPION #482		10:00	10:00	10:00	10:15
10:20	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	10:20		THE RAMPinGOOD SEASON2 #4	10:45	10:45	10:15
10:45	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #5	10:30		10:30	10:30	10:30	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6
11:00	SHOW CHAMPION #481	11:00		11:00	11:00	11:00	
11:25	美body♡アクアピクス女子 #2	11:35		11:30	11:30	11:35	11:20
0:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #4	0:30		0:05	0:05	0:10	0:25
1:00	真夜中のヒーリングヨガ ~City Viewに包まれて~ #1	1:45		1:10	1:10	1:15	1:30
1:35	レゲトンエクサ2~悩殺ダンスウーマン~ #2	1:45		(終)レゲトンエクサ2~悩殺ダンスウーマン~ #3	真夜中のヒーリングヨガ ~City Viewに包まれて~ #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #1	(終)ENJOY! テア☆エクサ #6
2:05	快汗! セクシーRunトレ #2	2:15		2:15	2:15	2:20	2:35
2:40	快汗! セクシーRunトレ #8	2:50		2:50	2:50	2:55	3:10
3:10	ヨガから始まる美女の休日 #1	3:45		3:20	3:20	3:25	3:40
3:45	ENJOY! テア☆エクサ #2	3:55		ENJOY! テア☆エクサ #4	ヨガから始まる美女の休日 #3	美女と一緒に極上ストレッチ #5	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4

【ダンスチャンネル2月第4週】

	月 2月17日	火 2月18日	水 2月19日	木 2月20日	金 2月21日	土 2月22日	日 2月23日
午前 4:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #1	【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	ENJOY! テア☆エクサ2 #2	【自撮り美女】家トレはじめました! #9
	4:45	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	4:50	5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	ENJOY! テア☆エクサ2 #3	ENJOY! テア☆エクサ #3
午前 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	ちなつ式ピラティス・メソッド #2	ヨガにハマる #53	5:30	5:30	5:30
	5:50	5:50	5:55	(終)ヨガにハマる #54	美女と一緒に極上ストレッチ #5	サーフフィットで爽快エクサ! #3	ENJOY! テア☆エクサ #4
午前 6:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2	マッスルクイーンホームプロジェクト #26	ちなつ式ピラティス・メソッド #3	ヨガにハマる #49	6:05	6:35	6:30
	6:35	6:35	7:00	ヨガにハマる #50	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6	サーフフィットで爽快エクサ! #4	ダンスビュウTV #141
午前 7:00	THE RAMPinGOOD SEASON2 #5	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	7:10	7:40	7:40	7:50
	7:25	7:30	7:30	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL 後編	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #3	(終)ハロプロダンス学園シーズン12 #6	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1080
午前 8:00	PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #2	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #3	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	8:05	8:15	8:15	8:20
	8:30	8:35	8:35	8:45	8:50	8:50	インフォメーション
午前 9:00	PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #3	(終)2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #4	マッスルクイーンホームプロジェクト #28	9:20	9:30	9:55	9:50
	9:05	9:40	9:10	ちなつ式ピラティス・メソッド #2	インフォメーション	美女と一緒に極上ストレッチ #5	サーフフィットで爽快エクサ! #3
午前 9:50	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編						
	9:55						
午前 10:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1	チャレンジカップ2024 中部予選4回戦	10:20	10:20	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6	サーフフィットで爽快エクサ! #4
	10:40	10:45		ちなつ式ピラティス・メソッド #3	10:55	11:00	11:00
午前 11:00	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #9	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2	11:15	11:30	11:25	11:30	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #7
	11:15	11:45	11:50	(終)第8回高校生ダンスバトル選手権 #4	WHITE SCORPION レベテっ! #1	ヨガにハマる #50	インフォメーション
午後 0:00	ヨガにハマる #50	インフォメーション		0:00	0:00	0:00	0:00
	0:20	0:20	0:20	WHITE SCORPION レベテっ! #2		Hawaiiフラ紀行シーズン4 #11	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #8
午後 1:00	ヨガにハマる #51	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #3	インフォメーション	0:35	0:50	0:50	1:00
	0:50	0:55					
午後 2:00	ヨガにハマる #52	WHITE SCORPION レベテっ! #4	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #6	第14回全日本高等学校チームダンス選手権大会 関西予選~1日目~	ヨガにハマる #53	美女と一緒に極上ストレッチ #5
	1:25	1:25	1:40			(終)ヨガにハマる #54	
午後 3:00	チャレンジカップ2024 中部予選4回戦	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #7	ハロプロダンス学園シーズン12 #5	2:25	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6
	2:50	3:00		2:45	2:35	3:00	3:00
午後 4:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関西 #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	3:15	3:10	3:10	UDOアジアパシフィック大会2024
	3:30	3:35	3:50	WHITE SCORPION レベテっ! season2 #2			
午後 5:00	第8回高校生ダンスバトル選手権 #3	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #9	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	3:50	3:40	3:40	スーパークイズ2024 中国予選
	4:10	4:10	4:20	WHITE SCORPION レベテっ! season2 #3			4:00
午後 6:00	USA オールスター ナショナルズ 2024 #9	OLD SCHOOL NIGHT VOL.25	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	4:20	4:15	4:15	FIDA GOLD CUP 2024
	5:40	5:35	5:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #30	4:35	4:35	(終)THE RAMPinGOOD #12
午後 7:00	USA オールスター ナショナルズ 2024 #10		マッスルクイーンホームプロジェクト #31	5:00	5:20	5:20	WHITE SCORPION レベテっ! #1
	6:45	6:10	6:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #32	6:05	6:05	THE RAMPinGOOD SEASON2 #6
午後 8:00	USA オールスター ナショナルズ 2024 #11	マイナビDANCE ALIVE HERO'S 2022 FINAL #2	ダンスビュウTV #141	6:30	6:25	6:25	THE RAMPinGOOD SEASON2 #7
	7:50	7:30	7:30	神戸蘭子バレエ 第1章	7:05	7:05	7:15
午後 9:00	USA オールスター ナショナルズ 2024 #12	SHOW CHAMPION #485	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1079	7:30	7:30	7:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #37
	8:35	8:50	8:50	B-boy列伝 ~KAZUHIRO~	7:50	7:50	7:50
午後 10:00	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #176	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #4	8:00	8:45	8:45	SHOW CHAMPION #484
	10:00	10:00	9:25	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #175	8:30	8:45	SHOW CHAMPION #485
午後 11:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #39	マッスルクイーンホームプロジェクト #19	10:30	THE RAMPinGOOD SEASON2 #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #49	10:00	10:15
	10:40	10:50	10:30	THE RAMPinGOOD SEASON2 #6	マッスルクイーンホームプロジェクト #50	10:00	10:00
深夜 0:00	SHOW CHAMPION #480	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 #1	11:00	11:00	11:05	真夜中のヒーリングヨガ~City Viewに包まれて~ #3
	11:25	11:25	11:35	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.15 前編	マッスルクイーンホームプロジェクト #51	11:30	11:20
深夜 1:00	真夜中のヒーリングヨガ~City Viewに包まれて~ #1	ヨガにハマる #50	美女と一緒に極上ストレッチ #5	0:05	0:05	0:10	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
	0:30	0:30	0:40	真夜中のヒーリングヨガ~City Viewに包まれて~ #2	0:35	0:35	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6
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~ #3	ちなつ式ピラティス・メソッド #1	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #10	1:10	1:10	1:15	快汗! セクシーRuntレ3 #5
	2:05	2:40	2:15	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~ #4	1:45	1:35	1:30
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #1	【自撮り美女】家トレはじめました! #7	3:20	3:20	3:25	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4
	3:45	3:55	3:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2	ENJOY! テア☆エクサ2 #2	【自撮り美女】家トレはじめました! #9	サーフフィットで爽快エクサ! #5

