【ダンスチャンネル8月第1週】

	月 7月28日	火 7月29日	水 7月30日	木 7月31日	金 8月1日	土 8月2日	日 8月3日
午前 4:00	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 4:45	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 4:15 ちなつ式ピラティス・メソッド #3 5:20	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #2 4:50	美女と一緒に極上ストレッチ #1 5:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 4:25	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #3 4:25	美女と一緒に極上ストレッチ #2 4:30
午前 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1 5:50	サーフフィットで爽快エクサ！ #2 6:25	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 5:55	マッスルクイーンホームプロジェクト #40 5:30 マッスルクイーンホームプロジェクト #41 6:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 5:30 ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 6:35	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #4 5:30 ENJOY！チア☆エクサ2 #1 6:35	サーフフィットで爽快エクサ！ #4 5:35 サーフフィットで爽快エクサ！ #5 6:40
午前 6:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2 6:55	サーフフィットで爽快エクサ！ #3 7:30	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 7:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #42 6:35 マッスルクイーンホームプロジェクト #43 7:10	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 7:40	ENJOY！チア☆エクサ2 #2 7:40	ダンスビュウTV #184 7:45
午前 7:00	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #4 7:25 THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #5 8:00	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 #5 8:35	サーフフィットで爽快エクサ！ #2 8:05	第9回高校生ダンスバトル選手権 #3 8:15	USA オールスター ナショナルズ 2025 #6 8:45	WHITE SCORPION レベチっ！ #2 8:15 WHITE SCORPION レベチっ！ #3 8:50	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #1 8:15 Hawaiiフラ紀行シーズン4 #2 8:50
午前 8:00	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #2 8:30 WHITE SCORPION レベチっ！season3 #3 9:05	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 #6 9:40	サーフフィットで爽快エクサ！ #3 9:10	(終)第9回高校生ダンスバトル選手権 #4 9:20	USA オールスター ナショナルズ 2025 #7 9:50	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 9:55	ENJOY！チア☆エクサ2 #1 9:55
午前 9:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 9:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 10:45	OLD SCHOOL NIGHT VOL.26 10:45	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 10:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #40 10:20	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 11:00	ENJOY！チア☆エクサ2 #2 11:00
午前 10:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 10:40	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 11:50	B-boy列伝 ～KAZUHIRO～ 11:15	(新)だれでも簡単！フィットネス #1 10:40 だれでも簡単！フィットネス #2 10:55	マッスルクイーンホームプロジェクト #41 10:55	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1091 11:30	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 0:00
午前 11:00	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #7 11:15 美女と一緒に極上ストレッチ #1 0:20	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #2 0:20	カリスマ go to SKOOL！～THE BATTLE！～#77 0:20	だれでも簡単！フィットネス #3 11:30 (終)WHITE SCORPION レベチっ！season2 #6 0:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #42 11:25 マッスルクイーンホームプロジェクト #43 0:00	第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #2 0:35	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 #11 1:00
午後 0:00	美女と一緒に極上ストレッチ #2 1:25	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #3 0:55 PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #1 1:25	B-boy列伝 ～Kaku～ 0:50 ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 1:55	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #1 0:35 (新)USA オールスター ナショナルズ 2025 #1 1:40	スーパーキッズ2025 中部早期予選 2:05	だれでも簡単！フィットネス #4 0:50 マッスルクイーンホームプロジェクト #40 1:20 マッスルクイーンホームプロジェクト #41 1:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 2:00
午後 1:00	OLD SCHOOL NIGHT VOL.26 2:55	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #2 2:00 中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 2:50	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 3:00	USA オールスター ナショナルズ 2025 #2 2:45	WHITE SCORPION レベチっ！ #1 2:35 WHITE SCORPION レベチっ！ #2 3:10	マッスルクイーンホームプロジェクト #42 2:25 マッスルクイーンホームプロジェクト #43 3:00	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 3:00
午後 2:00	B-boy列伝 ～マシーン原田～ 3:30	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 3:35	USA オールスター ナショナルズ 2025 #6 4:00	サーフフィットで爽快エクサ！ #2 3:50	STU48のSTUでぃダンス #3 3:40	スーパーキッズ2025 GRAND SLAM TOKYO 2025 5:00	UDOストリートダンス世界大会 2024 4:05
午後 3:00	高校ストリートダンス選手権2024 第四回予選大会 4:35	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #7 4:10	USA オールスター ナショナルズ 2025 #7 5:05	サーフフィットで爽快エクサ！ #3 4:55	STU48のSTUでぃダンス #4 4:15	UDOストリートダンス世界大会 2024 6:05	ストリートダンス ベーシック B-GIRLING編 5:05
午後 4:00	USA スクールアンドカレッジ ナショナルズ 2025 #5 5:40	OLD SCHOOL NIGHT VOL.26 5:40	7ORDER バトルの時間です!! #4 5:35	サーフフィットで爽快エクサ！ #4 6:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 5:20	FIDA GOLD CUP 2024 7:05	THE RAMPinGOOD SEASON2 #6 5:35
午後 5:00	USA スクールアンドカレッジ ナショナルズ 2025 #6 6:45	第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 関東予選 後編 7:50	7ORDER バトルの時間です!! #5 6:10	サーフフィットで爽快エクサ！ #5 7:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 6:25	YOKOHAMA URBAN SPORTS FESTIVAL'24 #1 8:10	THE RAMPinGOOD SEASON2 #7 6:10
午後 6:00	USA スクールアンドカレッジ ナショナルズ 2025 #7 7:50	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7 8:10	第14回全日本高等学校チームダンス選手権大会 関東予選～1日目～ 8:20	OLD SCHOOL NIGHT VOL.26 8:35	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 7:30	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 8:55	WHITE SCORPION レベチっ！season2 #3 6:40
午後 7:00	USA スクールアンドカレッジ ナショナルズ 2025 #8 8:55	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #2 9:15	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #3 8:50	ストリートダンス ベーシック B-GIRLING編 9:40	USA スクールアンドカレッジナショナルズ 2024 #7 8:35	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 ウエスト #5 10:00	WHITE SCORPION レベチっ！season2 #4 7:15
午後 8:00	ENJOY！チア☆エクサ #5 10:00	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #3 10:20	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1091 9:25	神戸蘭子バレエ 第1章 10:00	USA スクールアンドカレッジナショナルズ 2024 #8 9:40	(終)ENJOY！チア☆エクサ2 #6 11:05	OLD SCHOOL NIGHT VOL.25 9:15
午後 9:00	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #2 10:30	ヨガから始まる美女の休日 #4 11:25	ENJOY！チア☆エクサ2 #5 10:30	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #4 10:30	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #1 10:25	筋トレフィットガール♡ #3 0:10	カリスマ go to SKOOL！～THE BATTLE！～#72 10:15
午後 10:00	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #3 11:05	(新)だれでも簡単！フィットネス #1 11:40	筋トレフィットガール♡ #2 11:35	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #5 11:00	だれでも簡単！フィットネス #1 10:40 だれでも簡単！フィットネス #2 11:00	(終)美body♡アクアビクス女子 #3 1:15	サーフフィットで爽快エクサ！ #1 11:20
午後 11:00	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE SEASON2 #5 11:40	だれでも簡単！フィットネス #2 11:55	美body♡アクアビクス女子 #2 0:40	ハロプロダンス学園 シーズン12 #4 11:30	だれでも簡単！フィットネス #3 11:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #36 1:45	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3 0:25
深夜 0:00	サーフフィットで爽快エクサ！ #5 1:00	だれでも簡単！フィットネス #3 0:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #34 1:10	ハロプロダンス学園 シーズン12 #5 0:05	だれでも簡単！フィットネス #4 11:45 だれでも簡単！フィットネス #5 0:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #37 2:20	癒されたい美女たち #3 1:30
深夜 1:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1 2:05	【自撮り美女】家トレはじめました！ #7 1:35	マッスルクイーンホームプロジェクト #35 1:45	(終)サーフフィットで爽快エクサ！ #6 1:10	ENJOY！チア☆エクサ #5 1:10	快汗！セクシーRunトレ4 #1 3:25	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6 2:35
深夜 2:00	癒されたい美女たち #1 3:10	快汗！セクシーRunトレ #1 2:40	(終)快汗！セクシーRunトレ4 #6 2:50	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2 2:15	【自撮り美女】家トレはじめました！ #8 2:15	美女と一緒に極上ストレッチ #2 0:10	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 3:40
深夜 3:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 3:45	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #1 3:45	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6 3:55	癒されたい美女たち #2 3:20 ちなつ式ピラティス・メソッド #4 4:55	快汗！セクシーRunトレ #2 3:20 真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #3 5:20		だれでも簡単！フィットネス #1 3:55

【ダンスチャンネル8月第2週】

	月 8月4日	火 8月5日	水 8月6日	木 8月7日	金 8月8日	土 8月9日	日 8月10日
午前 4:00	だれでも簡単！フィットネス #2 4:10 だれでも簡単！フィットネス #3 4:45	【自撮り美女】家トレはじめました！ #9 4:15 【自撮り美女】家トレはじめました！ #10 5:20	4:00 放送休止	だれでも簡単！フィットネス #4 4:10 だれでも簡単！フィットネス #5 4:25 ヨガから始まる美女の休日 シーズン5 #9 5:00	【自撮り美女】家トレはじめました！ #11 4:25 (終)【自撮り美女】家トレはじめました！ #12 5:30	快汗！セクシーRunトレ4 #2 4:25 快汗！セクシーRunトレ4 #3 5:30	だれでも簡単！フィットネス #3 4:30 サーフフィットで爽快エクサ！ #1 5:35
午前 5:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 5:35	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #1 6:25		ちなつ式ピラティス・メソッド #5 6:05	美女と一緒に極上ストレッチ #1 6:35	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #3 6:35	サーフフィットで爽快エクサ！ #2 6:40
午前 6:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 6:20 ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #5 6:55	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #2 7:30	7:00 ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #1 8:05	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6 7:10	美女と一緒に極上ストレッチ #2 7:40	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #4 7:40	高校ストリートダンス選手権2024 決勝大会 Vol.2 7:45
午前 7:00	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #5 7:25 (終)THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #6 8:00	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 #7 8:35	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #2 9:10	ダンスビュウTV #147 8:35 インフォメーション 9:05	USA オールスター ナショナルズ 2025 #8 8:45	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.15(後編) 8:15 ハロプロダンス学園 シーズン13 #1 8:50	B-boy列伝 ～KAZUHIRO～ 8:15 ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1092 8:50
午前 8:00	WHITE SCORPION レベチっ！ #3 8:30 WHITE SCORPION レベチっ！ #4 9:05	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 9:40		だれでも簡単！フィットネス #1 9:20 マッスルクイーンホームプロジェクト #44 9:50	USA オールスター ナショナルズ 2025 #9 9:50	美女と一緒に極上ストレッチ #1 9:55	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #3 9:55
午前 9:00	ENJOY！チア☆エクサ2 #3 10:10	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 10:30	スーパーキッズ2025 GRAND SLAM TOKYO 2025 11:15	マッスルクイーンホームプロジェクト #45 10:25 マッスルクイーンホームプロジェクト #46 10:55	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 10:55	美女と一緒に極上ストレッチ #2 11:00	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #4 11:00
午前 10:00	ENJOY！チア☆エクサ2 #4 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 #47 11:30	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6 0:00	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1092 11:30 インフォメーション 0:00	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 #12 0:00
午前 11:00	(終)サーフフィットで爽快エクサ！ #6 0:20	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #7 11:50 WHITE SCORPION レベチっ！ #4 0:20	第9回高校生ダンスバトル選手権 #1 0:20	THE RAMPinGOOD SEASON2 #7 0:00 THE RAMPinGOOD SEASON2 #8 0:35	UDOストリートダンス世界大会 2024 1:05	Hawaiiフラ紀行シーズン3 #10 0:35 だれでも簡単！フィットネス #2 0:50	(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 2022 イースト #13 1:00
午後 0:00	サーフフィットで爽快エクサ！ #1 1:25	WHITE SCORPION レベチっ！ #5 0:55 WHITE SCORPION レベチっ！season2 #4 1:25	インフォメーション 0:50 中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 1:40	USA オールスター ナショナルズ 2025 #3 1:40	ストリートダンス ベーシック B-GIRLING編 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 1:55	美女と一緒に極上ストレッチ #1 2:00
午後 1:00	スーパーキッズ2025 GRAND SLAM TOKYO 2025 3:30	WHITE SCORPION レベチっ！season2 #5 2:00 ENJOY！チア☆エクサ2 #3 3:05	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 2:25 ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #8 3:00	USA オールスター ナショナルズ 2025 #4 2:45	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.15(前編) 2:35 ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.15(後編) 3:10	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6 3:00	美女と一緒に極上ストレッチ #2 3:00
午後 2:00	高校ストリートダンス選手権2024 決勝大会 Vol.1 4:35	ENJOY！チア☆エクサ2 #4 4:10	USA オールスター ナショナルズ 2025 #8 4:00 USA オールスター ナショナルズ 2025 #9 5:05	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #1 3:50 ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #2 4:55	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #2 3:40 PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #3 4:15	スーパーキッズ2025 関東予選 5:00	スーパーキッズ2025 GRAND SLAM TOKYO 2025 5:05
午後 3:00	USA スクールアンドカレッジ ナショナルズ 2025 #9 5:40	スーパーキッズ2025 中部 早期予選 6:10	7ORDER バトルの時間です!! #5 5:35 (終)7ORDER バトルの時間です!! #6 6:10	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #3 6:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #44 4:45 マッスルクイーンホームプロジェクト #45 5:20	マイナビDANCEALIVE 2024 FINAL #1 6:30	THE RAMPinGOOD SEASON2 #7 5:35 THE RAMPinGOOD SEASON2 #8 6:10
午後 4:00	USA スクールアンドカレッジ ナショナルズ 2025 #10 6:45	第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 関西予選 前編 8:10	ダンスビュウTV #185 7:15	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #4 7:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #46 5:50 マッスルクイーンホームプロジェクト #47 6:25	B-boy列伝 ～Kaku～ 7:05	WHITE SCORPION レベチっ！season2 #4 6:40 WHITE SCORPION レベチっ！season2 #5 7:15
午後 5:00	(終)USA スクールアンドカレッジ ナショナルズ 2025 #11 7:50	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #4 9:15	だれでも簡単！フィットネス #1 7:30 だれでも簡単！フィットネス #2 7:50 だれでも簡単！フィットネス #3 8:20	スーパーキッズ2025 中部 早期予選 9:10	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 6:55 マッスルクイーンホームプロジェクト #49 7:30	YOKOHAMA URBAN SPORTS FESTIVAL'24 #2 8:40	OLD SCHOOL NIGHT VOL.26 8:45
午後 6:00	2025 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #1 8:55		ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1091 8:50	ヨガから始まる美女の休日 シーズン5 #2 9:30	USA スクールアンドカレッジナショナルズ 2024 #9 8:35	(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 2022 ウエスト #6 8:55	B-boy列伝 ～KAZUHIRO～ 9:15
午後 7:00	だれでも簡単！フィットネス #1 9:10 だれでも簡単！フィットネス #2 9:30		Hawaiiフラ紀行シーズン4 #4 9:25	ヨガから始まる美女の休日 シーズン5 #3 10:00	(終)USA スクールアンドカレッジナショナルズ 2024 #10 9:40	ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #5 10:00	カリスマ go to SKOOL！～THE BATTLE！～#73 10:15
午後 8:00	だれでも簡単！フィットネス #3 10:00		ヨガから始まる美女の休日 シーズン3 #4 10:30	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #5 10:30	だれでも簡単！フィットネス #5 9:55	マッスルクイーンホームプロジェクト #40 11:35	ヨガから始まる美女の休日 #1 11:20
午後 9:00	ハロプロダンス学園 シーズン12 #5 10:30	サーフフィットで爽快エクサ！ #2 11:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #38 11:00	(終)THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #6 11:00	サーフフィットで爽快エクサ！ #3 11:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #41 0:10	ENJOY！チア☆エクサ2 #3 0:25
午後 10:00	(終)ハロプロダンス学園 シーズン12 #6 11:05	筋トレフィットガール♡ #4 0:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #39 11:35	(終)ハロプロダンス学園 シーズン12 #6 11:30	サーフフィットで爽快エクサ！ #4 0:05	美女と一緒に極上ストレッチ #4 1:15	(終)美body♡アクアビクス女子 #3 1:30
午後 11:00	(終)THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE SEASON2 #6 11:40 神戸蘭子バレエ 第1章 11:55	だれでも簡単！フィットネス #4 0:45 だれでも簡単！フィットネス #5 1:00	美女と一緒に極上ストレッチ #3 0:40	ハロプロダンス学園 課外活動 Vol.15(前編) 0:05	筋トレフィットガール♡ #5 1:10	快汗！セクシーRunトレ #4 2:20	【自撮り美女】家トレはじめました！ #1 2:35
深夜 0:00	ヨガから始まる美女の休日 #5 1:00	放送休止	快汗！セクシーRunトレ #3 1:45	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6 1:10	癒されたい美女たち #4 2:15	癒されたい美女たち2 #2 3:25	ヨガから始まる美女の休日 シーズン5 #1 3:20
深夜 1:00	ENJOY！チア☆エクサ2 #1 2:05		癒されたい美女たち2 #1 2:50	ENJOY！チア☆エクサ2 #2 2:15	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 3:20	だれでも簡単！フィットネス #1 3:40	ヨガから始まる美女の休日 シーズン5 #2 3:40
深夜 2:00	美body♡アクアビクス女子 #1 3:10		だれでも簡単！フィットネス #1 3:05 だれでも簡単！フィットネス #2 3:20	美body♡アクアビクス女子 #2 3:20	快汗！セクシーRunトレ4 #2 3:55	だれでも簡単！フィットネス #2 3:55	ヨガから始まる美女の休日 シーズン5 #3 4:10
深夜 3:00	【自撮り美女】家トレはじめました！ #9 4:10		だれでも簡単！フィットネス #3 3:55	【自撮り美女】家トレはじめました！ #11 4:25			

【ダンスチャンネル8月第3週】

	月 8月11日	火 8月12日	水 8月13日	木 8月14日	金 8月15日	土 8月16日	日 8月17日
午前 4:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #3 4:10 ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #4 4:45	癒されたい美女たち2 #3 4:15 癒されたい美女たち2 #4 5:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #44 4:15 マッスルクイーンホームプロジェクト #45 4:50	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 5:00	癒されたい美女たち2 #5 4:25 (終)癒されたい美女たち2 #6 5:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #47 4:25 マッスルクイーンホームプロジェクト #48 4:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1 4:30 ENJOY！チア☆エクサ #1 5:35
午前 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5 5:50	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 5:50	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 5:55	美女と一緒に極上ストレッチ #3 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1 6:35	マッスルクイーンホームプロジェクト #49 5:30 サーフフィットで爽快エクサ！ #3 6:35	ENJOY！チア☆エクサ #2 6:40
午前 6:00	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6 6:55	マッスルクイーンホームプロジェクト #49 6:25 マッスルクイーンホームプロジェクト #50 6:55	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 7:00	美女と一緒に極上ストレッチ #4 7:10	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2 7:40	サーフフィットで爽快エクサ！ #4 7:40	ダンスビュウTV #185 7:45
午前 7:00	(終)THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #6 7:25 PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #1 8:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #51 7:30 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 8:35	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 7:30 マッスルクイーンホームプロジェクト #49 8:05	OLD SCHOOL NIGHT VOL.25 9:20	USA オールスター ナショナルズ 2025 #10 8:45	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #3 8:15 WHITE SCORPION レベチっ！season3 #4 8:50	インフォメーション 8:15 Hawaiiフラ紀行シーズン4 #3 8:50
午前 8:00	ハロプロダンス学園 シーズン13 #1 8:30 ハロプロダンス学園 シーズン13 #2 9:05	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 9:40	マッスルクイーンホームプロジェクト #50 8:35 マッスルクイーンホームプロジェクト #51 9:10	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 10:25	USA オールスター ナショナルズ 2025 #11 9:50	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1 9:55	サーフフィットで爽快エクサ！ #3 9:55
午前 9:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 9:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5 10:45	スーパーキッズ2025 関東予選 11:15	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 11:30	美女と一緒に極上ストレッチ #3 10:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2 11:00	サーフフィットで爽快エクサ！ #4 11:00
午前 10:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 10:40 ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #9 11:15	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6 11:50	ダンスビュウTV #147 0:35	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #1 0:00	美女と一緒に極上ストレッチ #4 0:00	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1092 11:30	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #1 0:00
午前 11:00	ENJOY！チア☆エクサ2 #5 0:20	ハロプロダンス学園 シーズン13 #2 0:20	だれでも簡単！フィットネス #4 0:50	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #2 0:35	スーパーキッズ2025 GRAND SLAM TOKYO 2025 2:05	(終)第41回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #3 0:35 しあわせバレエ・ダイエット 第2章 0:50	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #2 1:00
午後 0:00	(終)ENJOY！チア☆エクサ2 #6 1:25	ハロプロダンス学園 シーズン13 #3 0:55 PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #2 1:25	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5 1:55	USA オールスター ナショナルズ 2025 #5 1:40	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #3 2:35	美女と一緒に極上ストレッチ #3 1:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #1 2:00
午後 1:00	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #3 2:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 2:50	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6 3:00	USA オールスター ナショナルズ 2025 #6 2:45	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #4 3:10	美女と一緒に極上ストレッチ #4 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #2 3:00
午後 2:00	スーパーキッズ2025 関東予選 3:30	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編 3:40	USA オールスター ナショナルズ 2025 #10 4:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 3:15	STU48のSTUでぃダンス #4 3:40	(新)THE ROOKIES 2025 1stシリーズ関西予選2回戦 5:00	スーパーキッズ2025 関東予選 5:05
午後 3:00	高校ストリートダンス選手権2024 決勝大会 Vol.2 4:35	インフォメーション 4:10	USA オールスター ナショナルズ 2025 #11 5:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #49 3:50	STU48のSTUでぃダンス #5 4:15	マイナビDANCEALIVE 2024 FINAL #2 6:30	THE RAMPinGOOD SEASON2 #8 5:35
午後 4:00	2025 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #2 5:40	スーパーキッズ2025 GRAND SLAM TOKYO 2025 6:10	(終)7ORDER バトルの時間です!! #6 5:35	マッスルクイーンホームプロジェクト #50 4:20	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 5:20	B-boy列伝 ～マシーン原田～ 7:05	THE RAMPinGOOD SEASON2 #9 6:10
午後 5:00	2025 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #3 6:45	第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 関西予選 後編 8:10	WHITE SCORPION レベチっ！ #1 6:10	マッスルクイーンホームプロジェクト #51 4:55	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 6:25	YOKOHAMA URBAN SPORTS FESTIVAL'24 #3 7:40	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #3 6:40
午後 6:00	2025 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #4 7:50	(終)2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #6 9:15	第14回全日本高等学校チームダンス選手権大会 関東予選～2日目～ 8:20	(終)マッスルクイーンホームプロジェクト #52 5:25	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 7:30	FIDA GOLD CUP 2024 8:40	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #4 7:15
午後 7:00	2025 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東 #5 8:55	USA ジャパン チアリーディング&ダンス学生新人大会 2022 イースト #1 10:20	Hawaiiフラ紀行シーズン4 #5 8:50	マッスルクイーンホームプロジェクト #33 6:00	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関西 前編 8:35	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #2 8:55	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL 前編 9:15
午後 8:00	美女と一緒に極上ストレッチ #5 10:00	だれでも簡単！フィットネス #3 10:50	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1092 9:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #34 6:30	ストリートダンス ベーシックB-GIRLING編 9:10	CDE Cheerleading Championship 2022 #1 10:00	カリスマ go to SKOOL！～THE BATTLE！～#74 10:15
午後 9:00	WHITE SCORPION レベチっ！ #5 10:30	だれでも簡単！フィットネス #4 11:05	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 10:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #35 7:05	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関西 後編 9:40	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 11:05	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #8 10:45
午後 10:00	(終)WHITE SCORPION レベチっ！ #6 11:05	だれでも簡単！フィットネス #5 11:25	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 11:35	UDOストリートダンス世界大会 2024 8:10	しあわせバレエ・ダイエット 第2章 9:55	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 0:10	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #9 11:20
午後 11:00	STU48のSTUでぃダンス #1 11:40	(終)ENJOY！チア☆エクサ #6 0:30	【自撮り美女】家トレはじめました！ #2 0:40	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編 10:00	だれでも簡単！フィットネス #1 10:10	【自撮り美女】家トレはじめました！ #3 1:15	快汗！セクシーRunトレ2 #4 0:25
午後 11:00	部分痩せバレエ 第2章 11:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #5 1:35	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #5 1:45	(終)THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #6 10:30	だれでも簡単！フィットネス #2 10:25	(終)真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #6 2:20	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #6 1:30
深夜 0:00	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #3 0:25	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6 2:40	快汗！セクシーRunトレ3 #3 2:50	7ORDER バトルの時間です!! #1 11:00	だれでも簡単！フィットネス #3 11:00	快汗！セクシーRunトレ3 #4 3:25	癒されたい美女たち2 #1 2:35
深夜 1:00	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #4 1:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #42 3:10	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 3:55	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #3 11:30	だれでも簡単！フィットネス #4 11:15	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1 0:05	癒されたい美女たち #5 3:40
深夜 2:00	快汗！セクシーRunトレ2 #2 2:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #43 3:45	マッスルクイーンホームプロジェクト #44 4:50	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #4 0:05	だれでも簡単！フィットネス #5 11:30	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #6 0:35	(終)癒されたい美女たち #6 4:45
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #4 3:10	癒されたい美女たち2 #3 4:50	マッスルクイーンホームプロジェクト #45 5:55	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #7 1:10	だれでも簡単！フィットネス #6 0:05	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #7 1:10	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #1 2:15
深夜 4:00	癒されたい美女たち2 #4 5:20	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 6:05	美女と一緒に極上ストレッチ #3 6:05	快汗！セクシーRunトレ2 #3 2:15	ENJOY！チア☆エクサ #1 1:10	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #6 2:15	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7 3:20
深夜 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5 5:50	マッスルクイーンホームプロジェクト #46 6:50	美女と一緒に極上ストレッチ #4 7:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #5 3:20	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #6 1:55	美女と一緒に極上ストレッチ #1 3:20	癒されたい美女たち2 #2 4:45
深夜 6:00	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6 6:55	マッスルクイーンホームプロジェクト #47 7:50	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 7:55	癒されたい美女たち2 #5 4:50	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7 2:15	マッスルクイーンホームプロジェクト #46 3:50	癒されたい美女たち2 #3 5:50
深夜 7:00	(終)THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #6 7:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 8:50	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 8:55	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 5:20	美女と一緒に極上ストレッチ #2 3:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #47 4:25	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2 6:50
深夜 8:00	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #4 8:25	マッスルクイーンホームプロジェクト #49 9:50	美女と一緒に極上ストレッチ #4 9:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 6:25	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 4:15	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 5:30	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3 7:50
深夜 9:00	ハロプロダンス学園 シーズン13 #3 9:55	マッスルクイーンホームプロジェクト #50 11:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 10:05	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #1 7:30	美女と一緒に極上ストレッチ #4 5:20	マッスルクイーンホームプロジェクト #49 6:35	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4 8:50
深夜 10:00	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #4 11:30	マッスルクイーンホームプロジェクト #51 12:00	美女と一緒に極上ストレッチ #5 11:05	THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE #2 8:10	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 6:25	サーフフィットで爽快エクサ！ #3 7:40	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 9:55
深夜 11:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7 12:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1 1:30	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 12:05	USA オールスター ナショナルズ 2025 #5 8:35	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 7:30	サーフフィットで爽快エクサ！ #4 8:40	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 11:05
深夜 12:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #8 1:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2 2:50	ちなつ式ピラティス・メソッド #6 1:05	USA オールスター ナショナルズ 2025 #6 9:10	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関西 前編 8:35	美女と一緒に極上ストレッチ #5 9:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #7 12:05
深夜 1:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #9 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3 3:50	ちなつ式ピラティス・メソッド #7 2:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #48 9:45	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関西 後編 9:40	ちなつ式ピラティス・メソッド #6 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #8 1:05
深夜 2:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #10 4:15	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #8 3:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #49 10:45	しあわせバレエ・ダイエット 第2章 9:55	ちなつ式ピラティス・メソッド #7 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #9 2:05
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #11 5:25	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 6:25	ちなつ式ピラティス・メソッド #9 4:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #50 11:45	だれでも簡単！フィットネス #1 10:10	ちなつ式ピラティス・メソッド #8 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #10 3:05
深夜 4:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #12 6:35	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 7:35	ちなつ式ピラティス・メソッド #10 5:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #51 12:45	だれでも簡単！フィットネス #2 10:25	ちなつ式ピラティス・メソッド #9 1:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #11 4:05
深夜 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #13 7:45	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #7 8:45	ちなつ式ピラティス・メソッド #11 6:05	7ORDER バトルの時間です!! #2 1:00	だれでも簡単！フィットネス #3 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #10 2:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #12 5:05
深夜 6:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #14 8:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #8 9:55	ちなつ式ピラティス・メソッド #12 7:05	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #5 1:30	だれでも簡単！フィットネス #4 11:15	ちなつ式ピラティス・メソッド #11 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #13 6:05
深夜 7:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #15 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #9 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #13 8:05	WHITE SCORPION レベチっ！season3 #6 2:30	だれでも簡単！フィットネス #5 11:30	ちなつ式ピラティス・メソッド #12 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #14 7:05
深夜 8:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #16 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #10 12:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #14 9:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 3:05	だれでも簡単！フィットネス #6 0:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #13 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #15 8:05
深夜 9:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #17 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #11 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #15 10:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 3:40	ちなつ式ピラティス・メソッド #1 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #14 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #16 9:05
深夜 10:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #18 1:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #12 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #16 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 4:40	ちなつ式ピラティス・メソッド #2 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #15 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #17 10:05
深夜 11:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #19 2:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #13 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #17 12:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #6 5:40	ちなつ式ピラティス・メソッド #3 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #16 8:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #18 11:05
深夜 12:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #20 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #14 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #7 6:40	ちなつ式ピラティス・メソッド #4 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #17 9:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #19 12:05
深夜 1:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #21 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #15 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #8 7:40	ちなつ式ピラティス・メソッド #5 4:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #18 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #20 1:05
深夜 2:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #22 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #16 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #9 8:40	ちなつ式ピラティス・メソッド #6 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #19 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #21 2:05
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #23 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #17 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4 4:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #10 9:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #7 6:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #20 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #22 3:05
深夜 4:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #24 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #18 8:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #11 10:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #8 7:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #21 1:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #23 4:05
深夜 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #25 8:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #19 9:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6 6:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #12 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #9 8:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #22 2:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #24 5:05
深夜 6:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #26 9:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #20 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #7 7:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #13 12:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #10 9:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #23 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #25 6:05
深夜 7:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #27 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #21 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #8 8:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #14 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #11 10:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #24 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #26 7:05
深夜 8:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #28 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #22 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #9 9:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #15 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #12 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #25 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #27 8:05
深夜 9:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #29 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #23 1:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #10 10:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #16 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #13 12:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #26 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #28 9:05
深夜 10:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #30 1:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #24 2:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #11 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #17 4:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #14 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #27 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #29 10:05
深夜 11:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #31 2:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #25 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #12 12:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #18 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #15 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #28 8:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #30 11:05
深夜 12:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #32 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #26 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #13 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #19 6:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #16 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #29 9:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #31 12:05
深夜 1:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #33 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #27 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #14 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #20 7:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #17 4:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #30 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #32 1:05
深夜 2:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #34 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #28 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #15 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #21 8:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #18 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #31 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #33 2:05
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #35 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #29 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #16 4:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #22 9:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #19 6:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #32 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #34 3:05
深夜 4:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #36 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #30 8:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #17 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #23 10:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #20 7:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #33 1:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #35 4:05
深夜 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #37 8:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #31 9:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #18 6:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #24 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #21 8:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #34 2:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #36 5:05
深夜 6:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #38 9:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #32 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #19 7:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #25 12:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #22 9:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #35 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #37 6:05
深夜 7:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #39 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #33 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #20 8:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #26 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #23 10:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #36 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #38 7:05
深夜 8:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #40 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #34 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #21 9:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #27 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #24 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #37 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #39 8:05
深夜 9:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #41 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #35 1:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #22 10:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #28 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #25 12:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #38 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #40 9:05
深夜 10:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #42 1:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #36 2:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #23 11:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #29 4:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #26 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #39 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #41 10:05
深夜 11:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #43 2:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #37 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #24 12:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #30 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #27 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #40 8:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #42 11:05
深夜 12:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #44 3:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #38 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #25 1:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #31 6:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #28 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #41 9:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #43 12:05
深夜 1:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #45 4:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #39 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #26 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #32 7:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #29 4:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #42 10:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #44 1:05
深夜 2:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #46 5:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #40 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #27 3:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #33 8:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #30 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #43 11:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #45 2:05
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #47 6:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #41 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #28 4:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #34 9:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #31 6:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #44 12:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #46 3:05
深夜 4:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #48 7:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #42 8:05	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #29 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #35 10:05	ちなつ式ピラティス・メソッド #32 7:05	ちな

【ダンスチャンネル8月第4週】

	月 8月18日	火 8月19日	水 8月20日	木 8月21日	金 8月22日	土 8月23日	日 8月24日
午前 4:00	(終)癒されたい美女たち　#6 4:45	【自撮り美女】家トレはじめました！　#4 4:15	快汗！セクシーRunトレ4　#5 4:50	だれでも簡単！フィットネス　#1 4:10 だれでも簡単！フィットネス　#2 4:25	【自撮り美女】家トレはじめました！　#6 4:25	(終)快汗！セクシーRunトレ4　#6 4:25	だれでも簡単！フィットネス　#6 4:30
午前 5:00	(終)マッスルクイーンホームプロジェクト　#52 5:15 マッスルクイーンホームプロジェクト　#33 5:50	【自撮り美女】家トレはじめました！　#5 5:20 ちなつ式ピラティス・メソッド　#3	美女と一緒に極上ストレッチ　#5 5:55	だれでも簡単！フィットネス　#3 5:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#5 6:05	【自撮り美女】家トレはじめました！　#7 5:30 サーフフィットで爽快エクサ！　#5 6:35	快汗！セクシーRunトレ4　#1 5:30 ENJOY！チア☆エクサ　#3 6:35	だれでも簡単！フィットネス　#1 4:45 だれでも簡単！フィットネス　#2 5:05 ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#1 5:50 ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#2 6:05
午前 6:00	マッスルクイーンホームプロジェクト　#34 6:20 マッスルクイーンホームプロジェクト　#35 6:55	ちなつ式ピラティス・メソッド　#4 6:25	(終)美女と一緒に極上ストレッチ　#6 7:00	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#6 7:10	(終)サーフフィットで爽快エクサ！　#6 7:40	ENJOY！チア☆エクサ　#4 7:40	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#3 6:40
午前 7:00	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～　#1 7:25 PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～　#2 8:00	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 7:30	ちなつ式ピラティス・メソッド　#3 8:05	ダンスビュウTV　#185 8:15	USA オールスター ナショナルズ 2025　#12 8:45	(終)ハロプロダンス学園 シーズン13　#6 8:15 ハロプロダンス学園　課外活動　Vol.15(前編) 8:50	(終)高校ストリートダンス選手権2024　決勝大会 Vol.3 7:45 B-boy列伝 ～マシーン原田～ 8:15 ハワイアン LIVE in BIRDLAND　#1093 8:50
午前 8:00	WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#3 8:30 WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#4 9:05	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 8:35	ちなつ式ピラティス・メソッド　#4 9:10	インフォメーション 8:45 だれでも簡単！フィットネス　#6 9:20	USA オールスター ナショナルズ 2025　#13 9:50	サーフフィットで爽快エクサ！　#5 9:55	ENJOY！チア☆エクサ　#3 9:55
午前 9:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#3 10:10	(終)マッスルクイーンホームプロジェクト　#52 9:40	(新)THE ROOKIES 2025 1stシリーズ関西予選2回戦 11:15	美女と一緒に極上ストレッチ　#5 10:25	ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#5 10:55	(終)サーフフィットで爽快エクサ！　#6 11:00	ENJOY！チア☆エクサ　#4 11:00
午前 10:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#4 11:15	マッスルクイーンホームプロジェクト　#33 10:10 マッスルクイーンホームプロジェクト　#34 10:45		(終)美女と一緒に極上ストレッチ　#6 11:30	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#6 0:00	ハワイアン LIVE in BIRDLAND　#1093 11:30 インフォメーション 0:00	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東　#3 0:00
午前 11:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド　前編 0:05	マッスルクイーンホームプロジェクト　#35 11:50 WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#3 0:20	第9回高校生ダンスバトル選手権　#2 0:20	THE RAMPinGOOD SEASON2　#8 0:00 THE RAMPinGOOD SEASON2　#9 0:35	スーパーキッズ2025　関東予選 2:05	Hawaiiフラ紀行シーズン3　#11 0:35 だれでも簡単！フィットネス　#1 0:50	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東　#4 1:00
午後 0:00	中島史恵のLOVEヨガメソッド　後編 0:50	WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#4 0:55	インフォメーション 0:50	USA オールスター ナショナルズ 2025　#7 1:40	ハロプロダンス学園 シーズン13　#5 2:35	ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#5 1:55	サーフフィットで爽快エクサ！　#5 2:00
午後 1:00	ココロもカラダも　簡単！セクシーヨガ　#10 1:25	WHITE SCORPION　レベチっ！season2　#5 1:25	(終)マッスルクイーンホームプロジェクト　#52 1:20	USA オールスター ナショナルズ 2025　#8 2:45	(終)ハロプロダンス学園 シーズン13　#6 3:10	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#6 3:00	(終)サーフフィットで爽快エクサ！　#6 3:00
午後 2:00	(新)THE ROOKIES 2025 1stシリーズ関西予選2回戦 3:30	(終)WHITE SCORPION レベチっ！season2　#6 2:00 ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#3 3:05	マッスルクイーンホームプロジェクト　#33 1:55 マッスルクイーンホームプロジェクト　#34 2:25 マッスルクイーンホームプロジェクト　#35 3:00	ちなつ式ピラティス・メソッド　#3 3:50	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～　#3 3:40	THE ROOKIES 2025　1stシリーズ沖縄予選 5:00	(新)THE ROOKIES 2025 1stシリーズ関西予選2回戦 5:05
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 4:35	ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#4 4:10	USA オールスター ナショナルズ 2025　#12 4:00	ちなつ式ピラティス・メソッド　#4 4:55	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～　#4 4:15	全日本高校ストリートダンスクライマックス2024 FINAL 7:05	THE RAMPinGOOD SEASON2　#9 5:35
午後 4:00	(終)2025 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関東　#6 5:40	スーパーキッズ2025　関東予選 6:10	USA オールスター ナショナルズ 2025　#13 5:05	ちなつ式ピラティス・メソッド　#5 6:00	美女と一緒に極上ストレッチ　#5 5:20		THE RAMPinGOOD SEASON2　#10 6:10
午後 5:00	2025 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関西　前編 6:45		WHITE SCORPION　レベチっ！　#1 5:35 WHITE SCORPION　レベチっ！　#2 6:10	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド　#6 7:05	(終)美女と一緒に極上ストレッチ　#6 6:25		WHITE SCORPION　レベチっ！season2　#5 6:40
午後 6:00	2025 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Spring 関西　後編 7:50	第9回高校生ダンスバトル選手権　完全版　決勝　前編 7:40	ダンスビュウTV　#147 7:35	スーパーキッズ2025 GRAND SLAM TOKYO 2025 9:10	美女と一緒に極上ストレッチ　#1 7:30	(終)YOKOHAMA URBAN SPORTS FESTIVAL' 24　#4 8:10	(終)WHITE SCORPION レベチっ！season2　#6 7:15
午後 7:00	USA ザ ピーク 2025　#1 8:55	B-boy列伝 ～マシーン原田～ 8:10	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#7 7:50 だれでも簡単！フィットネス　#4 8:05 だれでも簡単！フィットネス　#5 8:20		USA オールスター ナショナルズ 2024　#1 8:35	中島史恵のLOVEヨガメソッド　後編 8:55	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL　後編 9:15
午後 8:00	だれでも簡単！フィットネス　#4 9:10 だれでも簡単！フィットネス　#5 9:25	USA ジャパン チアリーディング&ダンス学生新人大会　2022 イースト　#2 9:15	ハワイアン LIVE in BIRDLAND　#1092 8:50	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#6 10:00	USA オールスター ナショナルズ 2024　#2 9:40	CDE Cheerleading Championship 2022　#2 10:00	カリスマ go to SKOOL！～THE BATTLE！～#75 10:15
午後 9:00	だれでも簡単！フィットネス　#6 10:00	USA ジャパン チアリーディング&ダンス学生新人大会　2022 イースト　#3 10:20	Hawaiiフラ紀行シーズン4　#6 9:25	7ORDER バトルの時間です!!　#1 10:30	だれでも簡単！フィットネス　#5 9:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン3　#1 11:05	ヨガから始まる美女の休日　#4 11:20
午後 10:00	ハロプロダンス学園 シーズン13　#3 10:30	サーフフィットで爽快エクサ！　#5 11:25	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3　#6 10:30	7ORDER バトルの時間です!!　#2 11:00	(終)サーフフィットで爽快エクサ！　#6 11:00	(終)マッスルクイーンホームプロジェクト　#52 11:35	(終)ENJOY！チア☆エクサ2　#6 0:25
午後 11:00	ハロプロダンス学園 シーズン13　#4 11:05		マッスルクイーンホームプロジェクト　#50 11:00	ハロプロダンス学園 シーズン13　#4 11:30	サーフフィットで爽快エクサ！　#1 0:05	マッスルクイーンホームプロジェクト　#33 0:10	美body♡アクアビクス女子　#1 1:30
午後 11:00	STU48のSTUでいダンス　#2 11:40		マッスルクイーンホームプロジェクト　#51 11:35	ハロプロダンス学園 シーズン13　#5 0:05	筋トレフィットガール♡　#1 1:10	美女と一緒に極上ストレッチ　#3 1:15	【自撮り美女】家トレはじめました！　#8 2:35
午後 11:00	しあわせバレエ・ダイエット　第2章 11:55	(終)筋トレフィットガール♡　#6 0:30	美女と一緒に極上ストレッチ　#2 0:40	ヨガから始まる美女の休日　#3 1:10	癒されたい美女たち　#2 2:15	快汗！セクシーRunトレ　#6 2:20	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#8 3:05
深夜 0:00	ヨガから始まる美女の休日　#2 1:00	癒されたい美女たち　#1 1:35	快汗！セクシーRunトレ　#5 1:45	ENJOY！チア☆エクサ2　#5 2:15	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド　#6 3:20	癒されたい美女たち2　#3 3:25	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#9 3:40
深夜 1:00	ENJOY！チア☆エクサ2　#4 2:05	ちなつ式ピラティス・メソッド　#5 2:40	癒されたい美女たち2　#2 2:50	(終)美body♡アクアビクス女子　#3 3:20	(終)快汗！セクシーRunトレ4　#6 3:55	だれでも簡単！フィットネス　#4 3:40 だれでも簡単！フィットネス　#5 3:55	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#10 4:50
深夜 2:00	美body♡アクアビクス女子　#2 3:10	快汗！セクシーRunトレ4　#4 3:45	だれでも簡単！フィットネス　#4 3:05 だれでも簡単！フィットネス　#5 3:20	【自撮り美女】家トレはじめました！　#6 4:50			
深夜 3:00	【自撮り美女】家トレはじめました！　#4 4:45	快汗！セクシーRunトレ4　#5 4:50	だれでも簡単！フィットネス　#6 3:55				

【ダンスチャンネル8月第5週】

	月 8月25日	火 8月26日	水 8月27日	木 8月28日	金 8月29日	土 8月30日	日 8月31日
4:00							
4:05							
4:10		癒されたい美女たち2　#4	マッスルクイーンホームプロジェクト　#36				
4:15							
4:20							
4:25							
4:30			マッスルクイーンホームプロジェクト　#37				
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							
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							

	月 8月25日	火 8月26日	水 8月27日	木 8月28日	金 8月29日	土 8月30日	日 8月31日
午前 4:00	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#10	4:15	4:15	ヨガから始まる美女の休日シーズン2　#3	(終)癒されたい美女たち2　#6	マッスルクイーンホームプロジェクト　#39	ヨガから始まる美女の休日シーズン2　#4
			マッスルクイーンホームプロジェクト　#37		4:25	4:25	4:30
	4:45	癒されたい美女たち2　#5	4:50		癒されたい美女たち2　#1	マッスルクイーンホームプロジェクト　#40	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#8
午前 5:00	ちなつ式ピラティス・メソッド　#5		ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#5	5:00		4:55	5:00
		5:20		サーフフィットで爽快エクサ！　#1		マッスルクイーンホームプロジェクト　#41	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#9
	5:50	美女と一緒に極上ストレッチ　#1	5:55		5:30	5:30	5:35
午前 6:00	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド　#6		ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#6	6:05	ENJOY！チア☆エクサ　#5	だれでも簡単！フィットネス　#1	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#10
		6:25		サーフフィットで爽快エクサ！　#2		5:45	
			6:40			だれでも簡単！フィットネス　#2	
	6:55	美女と一緒に極上ストレッチ　#2	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#7		6:35	6:00	6:40
午前 7:00	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～　#2		7:00			だれでも簡単！フィットネス　#3	
				7:10	(終)ENJOY！チア☆エクサ　#6	6:35	
	7:25	7:30	美女と一緒に極上ストレッチ　#1			だれでも簡単！フィットネス　#4	
	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～　#3			OLD SCHOOL NIGHT VOL.26		6:50	ダンスビュウTV　#147
		(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				だれでも簡単！フィットネス　#5	
						7:05	
						だれでも簡単！フィットネス　#6	
午前 8:00	8:00				7:40	7:40	
	ハロプロダンス学園　課外活動　Vol.15(前編)		8:05		USA オールスター ナショナルズ 2025　#14	WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#4	8:05
	8:30	8:35	美女と一緒に極上ストレッチ　#2	8:45	8:45	8:15	インフォメーション
	ハロプロダンス学園　課外活動　Vol.15(後編)	2023 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 九州　前編		B-boy列伝 ～Kaku～		WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#5	8:35
							ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#2
						8:50	8:50
午前 9:00	9:05		9:10				だれでも簡単！フィットネス　#1
				9:20		ENJOY！チア☆エクサ　#5	9:05
	マッスルクイーンホームプロジェクト　#36		THE ROOKIES 2025　1stシリーズ沖縄予選				だれでも簡単！フィットネス　#2
							9:20
	9:35	9:40		ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#5	9:50		だれでも簡単！フィットネス　#3
	マッスルクイーンホームプロジェクト　#37				サーフフィットで爽快エクサ！　#1	9:55	9:55
		ちなつ式ピラティス・メソッド　#5					だれでも簡単！フィットネス　#4
午前 10:00	10:10					(終)ENJOY！チア☆エクサ　#6	10:10
	マッスルクイーンホームプロジェクト　#38			10:25			だれでも簡単！フィットネス　#5
							10:25
	10:40	10:45		ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#6			だれでも簡単！フィットネス　#6
	マッスルクイーンホームプロジェクト　#39				10:55		
		(終)ちなつ式ピラティス・メソッド　#6			サーフフィットで爽快エクサ！　#2	11:00	11:00
午前 11:00	11:15		11:15	11:10		ハワイアン LIVE in BIRDLAND　#1093	2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東　#5
			ダンスビュウTV　#185	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　#1			11:30		11:30	
				THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE　#2		FIDA GOLD CUP 2024	
		11:50					
午後 0:00	0:00	ハロプロダンス学園　課外活動　Vol.15(後編)		0:00	0:00		0:00
	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#2			THE RAMPAGE＋THE RAMPAGE　#3			(終)2022 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東　#6
	0:20	0:20	0:20			0:35	
	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#3	ハロプロダンス学園 シーズン12　#1	だれでも簡単！フィットネス　#3	0:35	(新)THE ROOKIES 2025 1stシリーズ関西予選2回戦	だれでも簡単！フィットネス　#5	
				USA オールスター ナショナルズ 2025　#9			
	0:50		0:50			0:50	
		0:55					
午後 1:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#4	PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～　#3				サーフフィットで爽快エクサ！　#1	1:00
			ちなつ式ピラティス・メソッド　#5				ENJOY！チア☆エクサ　#5
	1:25	1:25		1:40			
		PiXMiXのピクチャレ～To The Hot Idol～　#4				1:55	
			1:55				
午後 2:00	THE ROOKIES 2025　1stシリーズ沖縄予選				2:05	サーフフィットで爽快エクサ！　#2	2:00
		2:00		USA オールスター ナショナルズ 2025　#10	WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#4		(終)ENJOY！チア☆エクサ　#6
		マッスルクイーンホームプロジェクト　#36	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド　#6		2:35		
				2:45	WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#5		
		2:30				3:00	3:00
		マッスルクイーンホームプロジェクト　#37		美女と一緒に極上ストレッチ　#1			
午後 3:00			3:00		3:10	OLD SCHOOL NIGHT VOL.26	THE ROOKIES 2025　1stシリーズ沖縄予選
		3:05	USA オールスター ナショナルズ 2025　#14		STU48のSTUでぃダンス　#5		
		マッスルクイーンホームプロジェクト　#38					
	3:30			3:50	3:40		
		3:35			(終)STU48のSTUでぃダンス　#6		
	ストリートダンス ベーシック B-GIRLING編	マッスルクイーンホームプロジェクト　#39		美女と一緒に極上ストレッチ　#2			
			4:00		4:15		
午後 4:00		4:10	USA オールスター ナショナルズ 2025　#15			4:30	
	4:35			4:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#5	インフォメーション	
						5:00	
午後 5:00	USA ザ ピーク 2025　#2	(新)THE ROOKIES 2025 1stシリーズ関西予選2回戦	5:05	美女と一緒に極上ストレッチ　#3	5:20	(終)マイナビ DANCEALIVE 2024 FINAL　#3	5:05
			WHITE SCORPION　レベチっ！　#2		ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#6		THE RAMPinGOOD SEASON2　#10
	5:40		5:35				5:35
			WHITE SCORPION　レベチっ！　#3	6:00			THE RAMPinGOOD SEASON2　#11
		6:10	6:10		6:05		6:10
午後 6:00	USA ザ ピーク 2025　#3			美女と一緒に極上ストレッチ　#4	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#7		WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#4
			第14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～		6:25	6:30	6:40
	6:45	(終)第9回高校生ダンスバトル選手権　完全版　決勝後編			ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#8		WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#5
午後 7:00	USA ザ ピーク 2025　#4			7:05		スーパーキッズ2025 GRAND SLAM TOKYO 2025	7:15
			7:40	スーパーキッズ2025　関東予選	6:55		BATTLE OF THE YEAR 2023 JAPAN
	7:50				ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#9		
			ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#4				
		8:10			7:30		
午後 8:00	USA ザ ピーク 2025　#5	(終)USA ジャパン チアリーディング&ダンス学生新人大会　2022 イースト　#4			USA オールスター ナショナルズ 2024　#3		
			8:20				
			Hawaiiフラ紀行シーズン4　#7				
	8:55		8:50		8:35	8:35	
			ハワイアン LIVE in BIRDLAND　#1093			しあわせバレエ・ダイエット 第2章	
					USA オールスター ナショナルズ 2024　#4	8:55	
午後 9:00	美女と一緒に極上ストレッチ　#4					CDE Cheerleading Championship 2022　#3	
		9:15	9:25	中島史恵のLOVEヨガメソッド　後編			9:15
		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	(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		9:40		カリスマ go to SKOOL！～THE BATTLE！～#76
					神戸蘭子バレエ　第1章		
					9:55		
				10:00	だれでも簡単！フィットネス　#4	10:00	
午後 10:00	10:00			7ORDER バトルの時間です!!　#2	10:10	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～　#1	
	WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#3	10:20			だれでも簡単！フィットネス　#5		10:15
		だれでも簡単！フィットネス　#1					ココロもカラダも　簡単！セクシーヨガ　#4
	10:30		10:30	10:30	10:25		
		10:35		7ORDER バトルの時間です!!　#3	だれでも簡単！フィットネス　#6		10:45
	WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#4	だれでも簡単！フィットネス　#2					ココロもカラダも　簡単！セクシーヨガ　#6
			ちなつ式ピラティス・メソッド　#1	11:00	11:00		
		10:50			だれでも簡単！フィットネス　#1	11:05	
午後 11:00	11:05	だれでも簡単！フィットネス　#3		WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#4	11:15		11:20
	STU48のSTUでぃダンス　#3				だれでも簡単！フィットネス　#2	ちなつ式ピラティス・メソッド　#2	
		11:25	11:35	11:30	11:30		快汗！セクシーRunトレ2　#1
	11:40			WHITE SCORPION　レベチっ！season3　#5	だれでも簡単！フィットネス　#3		
	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#7	ENJOY！チア☆エクサ　#2	【自撮り美女】家トレはじめました！　#9				
	11:55			0:05	0:05	0:10	0:25
深夜 0:00	ココロもカラダも　簡単！セクシーヨガ　#10						
	0:25			(終)ココロもカラダも　簡単！セクシーヨガ　#12	ENJOY！チア☆エクサ　#3	【自撮り美女】家トレはじめました！　#10	ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#3
		0:30		0:35			
	ココロもカラダも　簡単！セクシーヨガ　#11		0:40	ココロもカラダも　簡単！セクシーヨガ　#3			
		ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#1	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～　#1				
				1:10	1:10	1:15	
深夜 1:00	1:00						1:30
	快汗！セクシーRunトレ2　#5	1:15		(終)快汗！セクシーRunトレ2　#6	ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#3	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5　#2					
			1:45		1:40		
		1:35			ヨガから始まる美女の休日シーズン5　#4		
			快汗！セクシーRunトレ3　#5				癒されたい美女たち2　#2
		美女と一緒に極上ストレッチ　#5					
	2:05			2:15	2:15	2:20	
深夜 2:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#1						
				ヨガから始まる美女の休日シーズン4　#2	(終)美女と一緒に極上ストレッチ　#6	(終)快汗！セクシーRunトレ3　#6	2:35
		2:40	2:50				
		マッスルクイーンホームプロジェクト　#34					癒されたい美女たち　#3
	3:10	3:10		3:20	3:20	3:25	
深夜 3:00	癒されたい美女たち2　#4		ヨガから始まる美女の休日シーズン2　#2	(終)癒されたい美女たち2　#6			
		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　#38	ヨガから始まる美女の休日シーズン2　#4	3:40
		3:45			3:50		癒されたい美女たち　#4
		マッスルクイーンホームプロジェクト　#36	3:55		マッスルクイーンホームプロジェクト　#39		

【ダンスチャンネル8月第6週】

	月 9月1日	火 9月2日	水 9月3日	木 9月4日	金 9月5日	土 9月6日	日 9月7日
午前 4:00	癒されたい美女たち　#4 ～4:45まで						
午前 5:00							
午前 6:00							
午前 7:00							
午前 8:00							
午前 9:00							
午前 10:00							
午前 11:00							
午後 0:00							
午後 1:00							
午後 2:00							
午後 3:00							
午後 4:00							
午後 5:00							
午後 6:00							
午後 7:00							
午後 8:00							
午後 9:00							
午後 10:00							
午後 11:00							
深夜 0:00							
深夜 1:00							
深夜 2:00							
深夜 3:00							