

【ダンスチャンネル4月第1週】

	月 3月31日	火 4月1日	水 4月2日	木 4月3日	金 4月4日	土 4月5日	日 4月6日
午前 4:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #5	筋トレフィットガール♡ #4	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	ENJOY！チア☆エクサ2 #4	(終)筋トレフィットガール♡ #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	ENJOY！チア☆エクサ2 #5
午前 5:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1	筋トレフィットガール♡ #5		ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	筋トレフィットガール♡ #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5	ちなつ式ピラティス・メソッド #1
午前 6:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #2	サーフフィットで爽快エクサ！ #3	(終)ENJOY！チア☆エクサ2 #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	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 #21	ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #2
午前 7:00	THE RAMPinGOOD SEASON2 #11	サーフフィットで爽快エクサ！ #4			ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #22	第8回高校生ダンスバトル選手権 #1
	(終)THE RAMPinGOOD SEASON2 #12						
午前 8:00	PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #5	USA オールスターショナルズ 2023 #11		ダンスビュウTV #181	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #11	マッスルクイーンホームプロジェクト #23	第8回高校生ダンスバトル選手権 #2
	(終)PIXIMIXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6						
午前 9:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #5	USA オールスターショナルズ 2023 #12		ココロもカラダも 簡単！セクシーヨガ #5	(終)ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #12	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 #21
午前 10:00	(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2 #1	スーパーキッズ2024 全国最終予選 前編	ENJOY！チア☆エクサ2 #5	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	マッスルクイーンホームプロジェクト #22
午前 11:00	美女と一緒に極上ストレッチャ #5	筋トレフィットガール♡ #2		WHITE SCORPION レベテっ！ #4	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1083	USA オールスター ナショナルズ 2022 #2
午後 0:00	(終)美女と一緒に極上ストレッチャ #6	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #5	B-boy列伝 ~KAZUHIRO~	WHITE SCORPION レベテっ！ #5		第40回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #2	USA オールスター ナショナルズ 2022 #3
午後 1:00		7ORDER バトルの時間です!! #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #1	(終)ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #12	スーパーキッズ2024 全国最終予選 後編	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編
午後 2:00	スーパーキッズ2024 全国最終予選 前編	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2 #2	2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #1	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.14 前編	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編
午後 3:00		(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	2024 Performance Cheer Grand Final #1	サーフフィットで爽快エクサ！ #3	WHITE SCORPION レベテっ！ season2 #5		
午後 4:00	(終)第9回高校生ダンスバトル選手権 #4		7ORDER バトルの時間です!! #2	サーフフィットで爽快エクサ！ #4	(終)WHITE SCORPION レベテっ！ season2 #6	THE ROOKIES 2nd シリーズ FINAL	チャレンジカップ2024 2ndシリーズ FINAL 前編
午後 5:00	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 #4	スーパーキッズ2024 全国最終予選 後編	THE RAMPinGOOD SEASON2 #11	サーフフィットで爽快エクサ！ #5	ENJOY！チア☆エクサ2 #5	(新)B-boy列伝～マシーン原田～	7ORDER バトルの時間です!! #1
午後 6:00	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 #5	第9回高校生ダンスバトル選手権 #1	THE RAMPinGOOD SEASON2 #12	(終)ENJOY！チア☆エクサ2 #6		第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 九州予選	(終)THE RAMPinGOOD SEASON2 #12
午後 7:00	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 #6	B-boy列伝 ~Kaku~	第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 関東予選 後編	FIDA GOLD CUP 2024			WHITE SCORPION レベテっ！ #1
午後 8:00	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	SHOW CHAMPION #485	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1082	ストリートダンス ベーシック POPPING編	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2023 #4	第9回高校生ダンスバトル選手権 #1	ショー！K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #176
午後 9:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #17	ショー！K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #175	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6		ショー！K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #178	中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	SHOW CHAMPION #486
午後 10:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #44	(終)美女と一緒に極上ストレッチャ #6	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	THE RAMPinGOOD SEASON2 #11	美女と一緒に極上ストレッチャ #1	ヨガから始まる美女の休日 #1	ENJOY！チア☆エクサ #2
午後 11:00	SHOW CHAMPION #487			(終)ハロプロダンス学園 シーズン11 #6	美女と一緒に極上ストレッチャ #2	ちなつ式ピラティス・メソッド #3	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #5
深夜 0:00	(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 #47	美body♡アクアピクス女子 #1	ENJOY！チア☆エクサ #1	レゲトンエクサ2～悩殺ダンスウーマン～ #1	美body♡アクアピクス女子 #2	快汗！セクシーRuntレ4 #2
深夜 1:00	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #3	マッスルクイーンホームプロジェクト #48	筋トレフィットガール♡ #5	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #4	マッスルクイーンホームプロジェクト #49	筋トレフィットガール♡ #2	筋トレフィットガール♡ #3
深夜 2:00	癒されたい美女たち #2	快汗！セクシーRuntレ4 #6	快汗！セクシーRuntレ4 #6	快汗！セクシーRuntレ4 #1	癒されたい美女たち #3	快汗！セクシーRuntレ4 #7	マッスルクイーンホームプロジェクト #51
深夜 3:00	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	ENJOY！チア☆エクサ2 #3			ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	ENJOY！チア☆エクサ2 #5	(終)マッスルクイーンホームプロジェクト #52
	筋トレフィットガール♡ #4	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3		(終)筋トレフィットガール♡ #6			マッスルクイーンホームプロジェクト #17

【ダンスチャンネル4月第2週】

	月 4月7日	火 4月8日	水 4月9日	木 4月10日	金 4月11日	土 4月12日	日 4月13日
午前 4:00	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 #2	筋トレフィットガール♡ #5	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #6	ちなつ式ピラティス・メソッド #4	(終)筋トレフィットガール♡ #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #9
	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 #3		ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #7	ちなつ式ピラティス・メソッド #5	筋トレフィットガール♡ #1	美女と一緒に極上ストレッチ #3
午前 5:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #25		ENJOY! テア☆エクサ #1	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	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 #26	サーフフィットで爽快エクサ! #5			マッスルクイーンホームプロジェクト #30	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 #4
午前 6:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #27		ENJOY! テア☆エクサ #2	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	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 #28	(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 #32	ちなつ式ピラティス・メソッド #4	
午前 7:00	(終)THE RAMPinGOOD SEASON2 #12		サーフフィットで爽快エクサ! #5		マッスルクイーンホームプロジェクト #32		ダンスビューTV #181
	THE RAMPinGOOD SEASON2 #1						
午前 8:00	ハロプロダンス学園 シーズン12 #1	USA オールスターナショナルズ 2023 #13		第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 中部予選	(終)ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2024 #12	(終)PiMiXのピクチャレ〜To The Hot Idol〜 #6	
	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.15 後編		(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6			THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #1	インフォメーション
午前 9:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #1	USA オールスターナショナルズ 2023 #14		2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #1	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	ちなつ式ピラティス・メソッド #3
		マッスルクイーンホームプロジェクト #25		ENJOY! テア☆エクサ #1	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	
午前 10:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #2	マッスルクイーンホームプロジェクト #26	THE ROOKIES 2nd シリーズ FINAL	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5	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	ちなつ式ピラティス・メソッド #4
		マッスルクイーンホームプロジェクト #27		ENJOY! テア☆エクサ #2			
午前 11:00	美女と一緒に極上ストレッチ #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #28		ORDERバトルの時間でず!! #4	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1083	USA オールスターナショナルズ 2022 #4
		ハロプロダンス学園 シーズン12 #2	ダンスビューTV #181	ORDERバトルの時間でず!! #5		インフォメーション	
午後 0:00	美女と一緒に極上ストレッチ #2	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.15 後編		2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #1	チャレンジカップ2024 2ndシリーズ FINAL 前編	Hawaiiフラ紀行シーズン3 #2	USA オールスターナショナルズ 2022 #5
		WHITE SCORPION レベテっ! season2 #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #25			部分復せパレエ 第2章	13:00
午後 1:00		(終)WHITE SCORPION レベテっ! season2 #6	マッスルクイーンホームプロジェクト #26		ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #5		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
午後 2:00	THE ROOKIES 2nd シリーズ FINAL	マッスルクイーンホームプロジェクト #27		2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #2	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #5	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #6	マッスルクイーンホームプロジェクト #31
		ちなつ式ピラティス・メソッド #1					マッスルクイーンホームプロジェクト #32
午後 3:00		マッスルクイーンホームプロジェクト #28		サーフフィットで爽快エクサ! #5	(終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6		
	高校ストリートダンス選手権2024 第一回予選大会	ちなつ式ピラティス・メソッド #2	2024 Performance Cheer Grand Final #2		THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #1		
午後 4:00				サーフフィットで爽快エクサ! #6	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #2	スーパークイズ2024 FINAL #1	(終)チャレンジカップ2024 2ndシリーズ FINAL 後編
			2024 Performance Cheer Grand Final #3		インフォメーション		
午後 5:00	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 #8	チャレンジカップ2024 2ndシリーズ FINAL 前編			マッスルクイーンホームプロジェクト #45	B-boy列伝 ~Kaku~	ORDERバトルの時間でず!! #2
			(終)THE RAMPinGOOD SEASON2 #12	サーフフィットで爽快エクサ! #1			
午後 6:00	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 #9		STU48のSTUでいダンス #1		ENJOY! テア☆エクサ #2		ORDERバトルの時間でず!! #3
		第9回高校生ダンスバトル選手権 #2		サーフフィットで爽快エクサ! #2			WHITE SCORPION レベテっ! #1
午後 7:00	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 #10	第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 関西予選 前編			ENJOY! テア☆エクサ #3	第9回高校生ダンスバトル選手権 #2	WHITE SCORPION レベテっ! #2
		しあわせパレエ・ダイエット 第2章					7:15
午後 8:00	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 #11	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #177	第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 関西予選 前編	THE ROOKIES 2nd シリーズ FINAL		ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2023 #5	しあわせパレエ・ダイエット 第2章
						第9回高校生ダンスバトル選手権 #2	SHOW CHAMPION #482
午後 9:00	美女と一緒に極上ストレッチ #3	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1083			しあわせパレエ・ダイエット 第2章	神戸蘭子パレエ 第1章	
		SHOW CHAMPION #480	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1083	(新)B-boy列伝〜マシーン原田〜	SHOW CHAMPION #481	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	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクション #178
午後 10:00		美女と一緒に極上ストレッチ #4		神戸蘭子パレエ 第1章			
	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1			(終)THE RAMPinGOOD SEASON2 #12			10:15
午後 11:00	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2	(終)ENJOY! テア☆エクサ2 #6	(終)サーフフィットで爽快エクサ! #6	THE RAMPinGOOD SEASON2 #1	ENJOY! テア☆エクサ2 #1	美女と一緒に極上ストレッチ #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #23
							10:45
深夜 0:00	WHITE SCORPION レベテっ! season2 #1		STU48のSTUでいダンス #5				マッスルクイーンホームプロジェクト #24
							11:20
深夜 1:00	しあわせパレエ・ダイエット 第2章	(終)真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #3	(終)STU48のSTUでいダンス #6	ENJOY! テア☆エクサ2 #2	サーフフィットで爽快エクサ! #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
	マッスルクイーンホームプロジェクト #19						0:25
深夜 2:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #20			真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #1		ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #4	
		ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #3	【自撮り美女】家トレはじめました! #5		マッスルクイーンホームプロジェクト #21		(終)快汗! セクシーRunトレ3 #6
深夜 3:00	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〜 #4			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	ヨガから始まる美女の休日シーズン2 #4	【自撮り美女】家トレはじめました! #6	
							1:30
深夜 2:00	快汗! セクシーRunトレ2 #2		癒されたい美女たち2 #3				(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6
	快汗! セクシーRunトレ3 #4						
深夜 3:00				快汗! セクシーRunトレ3 #5	快汗! セクシーRunトレ2 #3	癒されたい美女たち2 #4	
							2:35
深夜 3:00	筋トレフィットガール♡ #4		ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #5				ENJOY! テア☆エクサ2 #3
	ちなつ式ピラティス・メソッド #2			ちなつ式ピラティス・メソッド #4	(終)筋トレフィットガール♡ #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #8	

【ダンスチャンネル4月第3週】

	月 4月14日	火 4月15日	水 4月16日	木 4月17日	金 4月18日	土 4月19日	日 4月20日
午前 4:00	ENJOY! チア☆エクサ #4	真夜中のヒーリングヨガ ～City Viewに包まれて～ #2	ENJOY! チア☆エクサ #4	美女と一緒に極上ストレッチ #2	真夜中のヒーリングヨガ ～City Viewに包まれて～ #4	ENJOY! チア☆エクサ #5	美女と一緒に極上ストレッチ #3
午前 4:45		真夜中のヒーリングヨガ ～City Viewに包まれて～ #3			真夜中のヒーリングヨガ ～City Viewに包まれて～ #5	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編
午前 5:00	サーフフィットで爽快エクサ! #1		ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #37			中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編
午前 5:30		ENJOY! チア☆エクサ #3		マッスルクイーンホームプロジェクト #38	ちなつ式ピラティス・メソッド #5	美女と一緒に極上ストレッチ #5	
午前 6:00	サーフフィットで爽快エクサ! #2		ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	マッスルクイーンホームプロジェクト #39			第8回高校生ダンスバトル選手権 #3
午前 6:35		ENJOY! チア☆エクサ #4		マッスルクイーンホームプロジェクト #40	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6	
午前 7:00	THE RAMPinGOOD SEASON2 #1		ENJOY! チア☆エクサ #3				(終)第8回高校生ダンスバトル選手権 #4
午前 7:25	THE RAMPinGOOD SEASON2 #2			ダンスビューTV #143			
午前 8:00	(終)PIXIMIXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #6	USA オールスターナショナルズ 2023 #15			2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #1	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.15 後編	
午前 8:30	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #1		ENJOY! チア☆エクサ #4	インフォメーション		(新)ハロプロダンス学園シーズン13 #1	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1084
午前 9:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #33	USA オールスターナショナルズ 2023 #16		部分痩せバレー 第2章	2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #2	ちなつ式ピラティス・メソッド #5	美女と一緒に極上ストレッチ #5
午前 9:35	マッスルクイーンホームプロジェクト #34			ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #37		
午前 10:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #35	サーフフィットで爽快エクサ! #1	スーパーキッズ2024 FINAL #1			(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6
午前 10:40	マッスルクイーンホームプロジェクト #36			ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	マッスルクイーンホームプロジェクト #38		
午前 11:00	サーフフィットで爽快エクサ! #2			マッスルクイーンホームプロジェクト #39		ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1084	USA オールスターナショナルズ 2022 #6
午後 0:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #3	(終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6	カリスマ go to SKOOL!～THE BATTLE!～ #75	WHITE SCORPION レベテっ! #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #40	(終)第40回三笠宮杯 全日本ダンススポーツ選手権 #3	
午後 0:20			インフォメーション	(終)WHITE SCORPION レベテっ! #6			USA オールスターナショナルズ 2022 #7
午後 0:35	ちなつ式ピラティス・メソッド #4	PIXIMIXのピクチャレ～To The Hot Idol～ #1			(終)チャレンジカップ2024 2ndシリーズ FINAL 後編	マッスルクイーンホームプロジェクト #37	
午後 1:00	JORDER バトルの時間でず!! #2	JORDER バトルの時間でず!! #3	サーフフィットで爽快エクサ! #1		2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #2		ちなつ式ピラティス・メソッド #5
午後 1:25		JORDER バトルの時間でず!! #3				マッスルクイーンホームプロジェクト #38	
午後 2:00	スーパーキッズ2024 FINAL #1	マッスルクイーンホームプロジェクト #33	サーフフィットで爽快エクサ! #2	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 #39	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6
午後 3:00	高校ストリートダンス選手権2024 第二回予選大会	マッスルクイーンホームプロジェクト #36	2024 Performance Cheer Grand Final #3	ENJOY! チア☆エクサ #3	(終)WHITE SCORPION レベテっ! season2 #6	スーパークッズ2024 FINAL #2	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL 前編
午後 4:00		(終)2024 Performance Cheer Grand Final #4	ENJOY! チア☆エクサ #4	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1			
午後 5:00	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 #12	(終)チャレンジカップ2024 2ndシリーズ FINAL 後編	STU48のSTUでいダンス #1	ENJOY! チア☆エクサ #5	B-boy列伝 ～KAZUHIRO～	TORDER バトルの時間でず!! #3	
午後 6:00	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 #13		STU48のSTUでいダンス #2		ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #2	TORDER バトルの時間でず!! #4	WHITE SCORPION レベテっ! #2
午後 7:00	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 #14	第9回高校生ダンスバトル選手権 #3	第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 関西予選 後編	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	WHITE SCORPION レベテっ! #3	
午後 8:00	(終)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 #15	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ショー #176	ハワイアン LIVE in BIRDLAND #1083	スーパークッズ2024 FINAL #1	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2023 #6	第9回高校生ダンスバトル選手権 #3	SHOW CHAMPION #484
午後 9:00	(終)美女と一緒に極上ストレッチ #6	SHOW CHAMPION #483	ちなつ式ピラティス・メソッド #1	部分痩せバレー 第2章	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ショー #175	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	SHOW CHAMPION #485
午後 10:00	ハロプロダンス学園 シーズン12 #3			THE RAMPinGOOD SEASON2 #1			
午後 11:00	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.15 後編	ヨガから始まる美女の休日 #2	マッスルクイーンホームプロジェクト #25	THE RAMPinGOOD SEASON2 #2	ヨガから始まる美女の休日 #3	ちなつ式ピラティス・メソッド #2	美body♡アクアビクス女子 #2
深夜 0:00	(終)美body♡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 #26	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.15 後編	ヨガから始まる美女の休日 #4	マッスルクイーンホームプロジェクト #27	
深夜 1:00	サーフフィットで爽快エクサ! #2	レグトンエクサ2～極限ダンスウーマン～ #2					快汗! セクシーRunトレ #10
深夜 2:00	快汗! セクシーRunトレ #8		癒されたい美女たち #4	快汗! セクシーRunトレ #9			
深夜 3:00	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #2	ENJOY! チア☆エクサ #3	美女と一緒に極上ストレッチ #1	真夜中のヒーリングヨガ～City Viewに包まれて～ #4	ENJOY! チア☆エクサ #5	美女と一緒に極上ストレッチ #3	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6

【ダンスチャンネル4月第4週】

	月 4月21日	火 4月22日	水 4月23日	木 4月24日	金 4月25日	土 4月26日	日 4月27日
午前 4:00	(終)ヨガから始まる美女の休日 #6	ちなつ式ピラティス・メソッド #4	筋トレフィットガール♡ #5	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #1	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	(終)筋トレフィットガール♡ #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #4
	4:45	ちなつ式ピラティス・メソッド #5	4:50 マッスルクイーンホームプロジェクト #45	4:40 ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #2	4:25 ちなつ式ピラティス・メソッド #1	4:25 筋トレフィットガール♡ #1	4:30 ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #5
午前 5:00	ENJOY! チア☆エクサ #5	5:20	5:20 マッスルクイーンホームプロジェクト #46	5:30 ちなつ式ピラティス・メソッド #1	5:30 美女と一緒に極上ストレッチ #1	5:30 中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3
	5:50	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	5:55 マッスルクイーンホームプロジェクト #47	5:05	5:35 ちなつ式ピラティス・メソッド #2	5:20 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #6
午前 6:00	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	6:25	6:25 マッスルクイーンホームプロジェクト #48	6:35 ちなつ式ピラティス・メソッド #2	6:35 美女と一緒に極上ストレッチ #2	6:40 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編	
	6:55	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	7:00	7:10	7:05		
午前 7:00	THE RAMPinGOOD SEASON2 #2	7:25		7:10			
	7:25	THE RAMPinGOOD SEASON2 #3	7:30	FIDA GOLD CUP 2024	7:40	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #3	ダンスビューTV #143
午前 8:00	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.15 後編	8:00	USA オールスターナショナルズ 2023 #17	8:05	2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #2	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #1	8:00
	8:30	(新)ハロプロダンス学園 シーズン13 #1	8:35	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #4	8:15 インフォメーション	8:15 THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #2	8:30 インフォメーション
午前 9:00	サーフフィットで爽快エクサ! #3	9:40	USA オールスターナショナルズ 2023 #18	9:10	(新)B-boy列伝〜マシオン 原田〜	(終)2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #3	中島史恵のLOVEヨガメソッド 前編
	10:10	ENJOY! チア☆エクサ #5	スーパーキッズ2024 FINAL #2	9:20 マッスルクイーンホームプロジェクト #45	9:50	9:50	9:55 中島史恵のLOVEヨガメソッド 後編
午前 10:00	サーフフィットで爽快エクサ! #4	10:45		10:25 マッスルクイーンホームプロジェクト #47	10:55	11:00	ココロもカラダも 簡単! セクシーヨガ #3
	11:15	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	11:15	マッスルクイーンホームプロジェクト #48	11:30	11:30	11:30
午前 11:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #41	11:45		11:30	ちなつ式ピラティス・メソッド #2	11:30	USA オールスターナショナルズ 2022 #8
	マッスルクイーンホームプロジェクト #42	11:50	ダンスビューTV #143	11:30	7ORDER バトルの時間です!! #5	インフォメーション	
午後 0:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #43	0:20	ハロプロダンス学園 課外活動Vol.15 後編	0:00	(終)7ORDER バトルの時間です!! #6	Hawaiiフラ紀行シーズン3 #3	USA オールスターナショナルズ 2022 #9
	0:50	(新)ハロプロダンス学園 シーズン13 #1	0:35 ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #2	0:35	0:50	0:50	13:00
午後 1:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #44	1:25	(終)WHITE SCORPION レベチっ! season2 #6	ENJOY! チア☆エクサ #5	(終)2024ジャパンオープンチアリーディング選手権大会・2024日本学生チアリーディング選手権大会 #3	BATTLE OF THE YEAR 2023 JAPAN	ちなつ式ピラティス・メソッド #1
	1:40	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #1	1:55	2:00	2:05	2:35	2:00
午後 2:00	スーパーキッズ2024 FINAL #2	サーフフィットで爽快エクサ! #3	(終)ENJOY! チア☆エクサ #6	2:45	(終)THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #6	ちなつ式ピラティス・メソッド #2	美女と一緒に極上ストレッチ #2
	3:05		3:00	3:10	PIXMXのピカチャレ〜The Hot Idol〜 #1	3:00	3:00
午後 3:00	サーフフィットで爽快エクサ! #4	3:50	(終)2024 Performance Cheer Grand Final #4	3:50	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #3	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #2	
	4:10	高校ストリートダンス選手権2024 第三回予選大会	4:30	4:15	4:45	4:45	
午後 4:00			USA スクールアンドカレッジナショナルズ 2023 #3	4:55	マッスルクイーンホームプロジェクト #46	5:00	JAPAN DANCE DELIGHT VOL.30 FINAL 後編
	4:35		4:50	4:55	5:20	5:30	
午後 5:00	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #1	全日本高校ストリートダンスクライマックス2024 FINAL	STU48のSTUでいダンス #2	ヨガから始まる美女の休日シーズン3 #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #47	ストリートダンス ベーシック B-GIRLING編 LEVEL 1&2	7ORDER バトルの時間です!! #4
	5:40		STU48のSTUでいダンス #3	5:00	5:50	5:50	7ORDER バトルの時間です!! #5
午後 6:00	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #2	6:15	6:10	6:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #48	6:25	WHITE SCORPION レベチっ! #3
	6:45	(終)第9回高校生ダンスバトル選手権 #4	第9回高校生ダンスバトル選手権 完全版 決勝 前編	(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 #49	6:55	6:40
午後 7:00	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #3	7:20	部分獲せバレー 第2章	7:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #50	7:30	WHITE SCORPION レベチっ! #4
	7:50		7:40	7:40	7:30	7:40	マッスルクイーンホームプロジェクト #42
午後 8:00	2024 JCDA CHEER DANCE COMPETITION in Summer 関東 #4	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ション #178	部分獲せバレー 第1章	スーパーキッズ2024 FINAL #2	ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP 2023 #7	(終)第9回高校生ダンスバトル選手権 #4	SHOW CHAMPION #486
	8:55		8:20	8:20	8:35	8:40	
午後 9:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #3	SHOW CHAMPION #487	ハワイフラ紀行シーズン3 #1	9:05	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ション #177	8:40	ショー! K-POPの中心ダンスチャンネルセレクト ション #176
	10:00		9:25	9:25	9:40	8:55	
午後 10:00	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE #2	10:20		THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #2	10:00	10:00	10:15
	10:30	ENJOY! チア☆エクサ2 #1	10:30	THE RAMPAGE+THE RAMPAGE SEASON2 #3	ENJOY! チア☆エクサ2 #2	美女と一緒に極上ストレッチ #5	マッスルクイーンホームプロジェクト #33
午後 11:00	WHITE SCORPION レベチっ! season2 #3	11:25	サーフフィットで爽快エクサ! #4	11:00	11:00	11:05	マッスルクイーンホームプロジェクト #34
	11:40	真夜中のヒーリングヨガ〜City Viewに包まれて〜 #1	11:35	11:30	11:30	11:20	11:20
深夜 0:00	マッスルクイーンホームプロジェクト #29	0:25	ヨガから始まる美女の休日シーズン4 #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〜 #3
	0:30	0:30	0:40	0:35	0:35	0:25	
深夜 1:00	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〜 #1	1:35	【自撮り美女】家トレはじめました! #7	1:10	1:10	1:15	快汗! セクシーRuntレ3 #3
	2:05	快汗! セクシーRuntレ2 #4	2:15	2:15	2:15	2:20	ちなつ式ピラティス・メソッド #2
深夜 2:00	快汗! セクシーRuntレ3 #1	2:40	癒されたい美女たち2 #5	2:15	2:15	2:20	2:35
	3:10	筋トレフィットガール♡ #4	(終)ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #10	3:20	3:20	3:25	ENJOY! チア☆エクサ2 #4
深夜 3:00	ちなつ式ピラティス・メソッド #4	3:45	3:55	(終)ちなつ式ピラティス・メソッド #6	(終)筋トレフィットガール♡ #6	ヨガから始まる美女の休日シーズン5 #3	ENJOY! チア☆エクサ2 #5

