

## 2月ライブ配信スケジュール

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYCOMBAT**

9:00-9:30  
ジェクサースタッフ

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYATTACK**

9:00-9:30  
ジェクサースタッフ

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYPUMP**

9:00-9:30  
ジェクサースタッフ

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYCOMBAT**


9:00-9:30  
ジェクサースタッフ

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYATTACK**

9:00-9:30  
ジェクサースタッフ

LIVE  
見逃し



10:00-10:50  
奇数週：ルーシーダットン  
偶数週：ペルビックスストレッチ  
おわだ あやこ

LIVE  
見逃し



10:00-10:50  
エアロスタート &  
ストレッチ  
Fuyuki

LIVE  
見逃し



10:00-10:50  
BODYMAKE by Ballet  
(ボディメイクバイバレエ)  
小林 翔子

LIVE  
見逃し



10:00-10:50  
骨盤調整ヨガ  
Marina

LIVE  
見逃し



10:00-10:50  
リラックスヨガ  
NAO

LIVE  
見逃し




12:00-12:50  
ZUMBA  
(ズンバ)  
Yume

REC  
見逃し

Live!!  
JEXER  
FITNESS  
TV

12:00-  
隔週レッスン

LIVE  
見逃し



12:00-12:50  
WOW!HIP  
(ワオ！ヒップ)  
駒谷 亜美

LIVE  
見逃し



12:00-12:50  
BODYBALANCE  
(ボディバランス)  
山上 莉穂

LIVE  
見逃し



13:20-14:10  
身体引き締め  
スリムフローヨガ  
岡村 幸

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYATTACK**

17:00-17:45  
ジェクサースタッフ

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYPUMP**

17:00-17:45  
ジェクサースタッフ

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYATTACK**

17:00-17:45  
ジェクサースタッフ

LIVE  
見逃し



17:00-17:50  
お家でできる！  
初めてのバレエ  
山上 莉穂

REC  
見逃し

**LES MILLS  
BODYCOMBAT**

17:00-17:45  
ジェクサースタッフ

REC  
見逃し

**LES MILLS**

20:00-21:00  
隔週レッスン

LIVE  
見逃し



19:30-20:20  
BODYATTACK  
(ボディアタック)  
山上 奨

LIVE  
見逃し



19:30-20:20  
奇数週：ZUMBA  
偶数週：ラテンダンス  
佐々木 純子

LIVE  
見逃し



19:30-20:20  
BODYCOMBAT  
(ボディコンバット)  
YUTO

REC  
見逃し

Live!!  
JEXER  
FITNESS  
TV

20:00-  
隔週レッスン



生放送による動画配信



配信翌日から2週間見逃し配信



事前録画による動画配信

### 《 ● ライブ録画配信について 》

- ・毎月2回隔週で配信します。
  - ・月曜日20:00-21:00は「BODYATTACK」「BODYCOMBAT」「BODYPUMP」の中から1つ配信します。
  - ・金曜日20:00からは「過去のオンデマンド配信」を配信します。注：レッスン内容により終了時間が異なります。
- 配信予定についてはJEXER FITNESS TVのHP最新情報にてご確認ください。  
なお、生放送による動画配信とは異なりチャットでのコメントはできません。

### 《 ● 佐々木純子インストラクターのレッスンについて 》

- ・奇数週：ZUMBA、偶数週：ラテンダンスで配信致します。
- ・ラテンダンスのみ見逃し配信を行います。

HPはこちら

