

JEXER FITNESS TV

7月ライブ配信スケジュール

月曜日

火曜日

水曜日

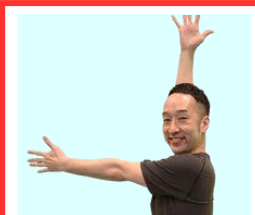
木曜日

金曜日

10:00



10:00-10:50
ルーシーダットン
おわだ あやこ



10:00-10:50
エアロスタート&
ストレッチ
Fuyuki



10:00-10:50
WOW!HIP
(ワオ!ヒップ)
駒谷 亜美

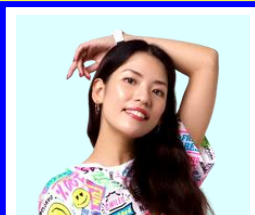


10:00-10:50
骨盤調整ヨガ
Marina



10:00-10:50
リラックスヨガ
NAO

12:00



12:00-12:50
ZUMBA
(ズンバ)
Yume



12:00-12:50
BODYCOMBAT
(ボディコンバット)
YUTO



12:00-12:50
8HIIT
(エイトヒート)
しんDo



12:00-12:50
LesmillsDANCE
(レズミルズダンス)
KAHO



12:00-12:50
Balletone
(バレトン)
白木 朋子

17:00



見逃し配信
2週間視聴可能



ライブ配信のみ



17:00-17:50
お家でできる!
初めてのバレエ
山上 莉穂

18:00



18:50-19:40
血流促進&老廃物を
流すリンパフロー
松成 広子



18:50-19:40
身体引き締め
スリムフローヨガ
岡村 幸



18:50-19:40
BODYPUMP
(ボディパンプ)
白井 香



18:50-19:40
ZUMBA
(ズンバ)
佐々木 純子

20:00



20:00-20:50
BODYATTACK
(ボディアタック)
山上 奨



20:00-20:50
ボディメンテナンス
渋谷 輝幸



20:00-20:50
BODYBALANCE
(ボディバランス)
井口 綾磨



20:00-20:50
背骨
コンディショニング
花里 真理子