

2026年6月 新作VOD配信スケジュール

※収録状況により、配信日が変更になる場合があります

公開日	曜日	カテゴリー	レッスン名	インストラクター
6月1日	月	ストレッチ	ナイトケア	森 恵里佳
6月1日	月	調整体操	美ボディメイクBtoBバランス あめのもりメソッド	清美
6月1日	月	エアロビクス	汗かきエアロ	清永 亜希子
6月1日	月	筋トレ	キラキラボディ★～全身トレ～	清永 亜希子
6月1日	月	ヨガ	ハタヨガ	Ami
6月1日	月	ヨガ	代謝アップヨガ	勝田 真有
6月2日	火	ストレッチ	ナイトストレッチ	宮崎 紗衣
6月2日	火	ヨガ	ダイエットパワーヨガ	戸高 景子
6月2日	火	顔トレ	コアフェイストレーニング	高根 美沙子
6月3日	水	調整体操	不調緩和メンテ	田中 咲百合
6月3日	水	調整体操	ブレ更年期対策	杉崎 奈穂
6月3日	水	エアロビクス	汗かきエアロ	知久 浩典
6月3日	水	ヨガ	チャクラヨガ (ムーラダラ 土台・安定)	TARUN
6月4日	木	ストレッチ	代謝を上げる朝ストレッチ	浦谷 美帆
6月4日	木	ストレッチ	疲労回復と快眠を促すストレッチ	田中 咲百合
6月4日	木	調整体操	不調知らず 更年期対策	杉崎 奈穂
6月4日	木	ヨガ	デトックスヨガ	梅澤 友里香
6月4日	木	ヨガ	寝ヨガ	馬場 真澄
6月4日	木	ピラティス	POP PILATES	Kiyoka
6月5日	金	ストレッチ	足の疲れ解放するストレッチ	杉本 奏
6月5日	金	ピラティス	骨盤底筋エクササイズ	Fumiyo
6月6日	土	調整体操	美ボディメイクBtoBバランス あめのもりメソッド	浜田 亜希
6月6日	土	エアロビクス	極みエアロ	高田 巖
6月6日	土	筋トレ	トータルボディシェイプ	桃乃
6月6日	土	バレエ	バレエ応用～バーレッスン～	柴田 千種
6月6日	土	バレエ	バレエ応用～センターレッスン～	柴田 千種
6月7日	日	調整体操	朝の健康ウォーク	Kiyoka
6月7日	日	有酸素	超きついけど痩せるHIIT	徳岡 隆之介
6月7日	日	ヨガ	冷え対策 めぐりを良くする臓活ヨガ®	KIKO
6月7日	日	ヨガ	ボディメイクヨガ	taichi
6月9日	火	ダンス	BAILA BAILA	伊藤 由里子
6月9日	火	有酸素	脂肪燃焼ウォーク	宮崎 紗衣
6月10日	水	ストレッチ	横側緩める腰ケアストレッチ	福島 沙織
6月11日	木	ピラティス	からだ整えるヨガピラ	渡辺 美沙
6月11日	木	調整体操	股関節&肩メンテナンスストレッチ	杉崎 奈穂
6月12日	金	ヨガ	IGNIHTヨガ	富田 華子

公開日	曜日	カテゴリー	レッスン名	インストラクター
6月13日	土	調整体操	体が楽になる肩甲骨ケア	境野 光昭
6月13日	土	調整体操	健康エール	喜多 智大
6月13日	土	ヨガ	ヴィンヤサフローヨガ	吉橋 扶実子
6月15日	月	ストレッチ	ナイトケア	森 恵里佳
6月15日	月	調整体操	美ボディメイクBtoBバランス あめのもりメソッド	清美
6月15日	月	エアロビクス	汗かきエアロ	清永 亜希子
6月15日	月	筋トレ	キラキラボディ★～全身トレ～	清永 亜希子
6月15日	月	ヨガ	ハタヨガ	Ami
6月15日	月	ヨガ	代謝アップヨガ	勝田 真有
6月16日	火	ストレッチ	ナイトストレッチ	宮崎 紗衣
6月16日	火	ヨガ	ダイエットパワーヨガ	戸高 景子
6月16日	火	顔トレ	コアフェイストレーニング	高根 美沙子
6月17日	水	調整体操	不調緩和メンテ	田中 咲百合
6月17日	水	エアロビクス	汗かきエアロ	知久 浩典
6月17日	水	ヨガ	チャクラヨガ (スヴァディシュターナ 巡り・しなやかさ)	TARUN
6月18日	木	ストレッチ	代謝を上げる朝ストレッチ	浦谷 美帆
6月18日	木	調整体操	不調知らず 更年期対策	杉崎 奈穂
6月18日	木	ヨガ	デトックスヨガ	梅澤 友里香
6月18日	木	ヨガ	寝ヨガ	馬場 真澄
6月18日	木	ピラティス	POP PILATES	Kiyoka
6月19日	金	ストレッチ	足の疲れ解放するストレッチ	杉本 奏
6月19日	金	ピラティス	骨盤底筋エクササイズ	Fumiyo
6月20日	土	調整体操	美ボディメイクBtoBバランス あめのもりメソッド	浜田 亜希
6月20日	土	エアロビクス	極みエアロ	高田 巖
6月20日	土	筋トレ	トータルボディシェイプ	桃乃
6月21日	日	ストレッチ	1日を元気に過ごすカラダ整えストレッチ	田中 咲百合
6月21日	日	調整体操	朝の健康ウォーク	Kiyoka
6月21日	日	ヨガ	入眠前の臓活ヨガ®	KIKO
6月21日	日	ヨガ	ボディメイクヨガ	taichi
6月23日	火	ダンス	BAILA BAILA	伊藤 由里子
6月24日	水	ストレッチ	捻って整える腰ケアストレッチ	福島 沙織
6月25日	木	調整体操	股関節&肩メンテナンスストレッチ	杉崎 奈穂
6月27日	土	調整体操	体が楽になる肩甲骨ケア	境野 光昭
6月27日	土	調整体操	健康エール	喜多 智大
6月30日	火	ストレッチ	ナイトストレッチ	宮崎 紗衣