

美女がおうちで自撮りでエクササイズしている様子をモニタリング！？

新感覚エクササイズ番組「【自撮り美女】家トレはじめました！」放送＆配信スタート！

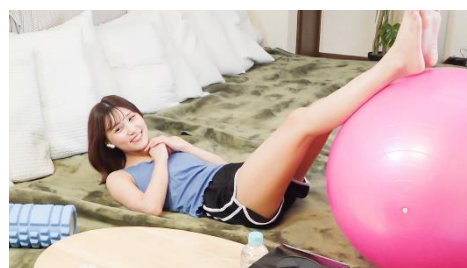
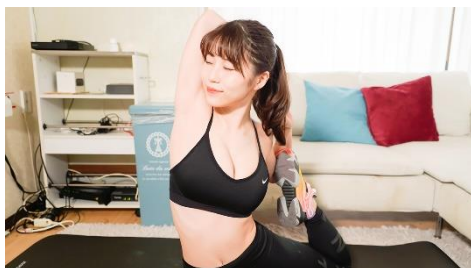
“日本初！ダンス専門テレビ局”「ダンスチャンネル」を運営する名古屋テレビネクスト（株）は、
2021年5月よりオリジナル番組「【自撮り美女】家トレはじめました！」の放送、
6月より Amazon Prime Video チャンネル「ダンスチャンネル オンデマンド」での配信を開始致します。



©ダンスチャンネル

■ 6人の美女のおうちトレーニングをのぞき見！

生活感満載！？普段はなかなか見られない部屋着姿や、
トレーニングウェアでさまざまなエクササイズに挑戦。
カメラを設置するところから、初めて自撮りでの撮影に挑む初々しい姿も見どころ！



■ もちろん番組を見ながらカラダを動かして健康に！

トレーニンググッズを使うエクササイズなど、さまざまな家トレを紹介。
息切れしながらも頑張る美女の姿を見て、一緒に挑戦してみませんか？



■ 得意のポーズや経歴など、気になる質問にも答えます！

トレーニングのクールダウンを兼ねて、ストレッチしながらトーク！
用意された質問 BOX から紙を引いてランダムに答えていきます。
グラビアアイドルとして活躍する彼女たちならではの、グラビアの得意なポーズを披露してくれたり…
この番組初出しの情報や価値観などがあらわに！？

<出演者プロフィール>

■山本ゆう（#1-2出演）

Ella promotion所属。

ラウンドガールや格闘技実況を務めるなど幅広く活動中。

<生年月日：1998年1月19日> <スリーサイズ：B 95／W60／H90>

<Twitter：@n_Yuu_n>



■伊織いお（#1-2出演）

01familia所属。コスプレイヤーとしても活動し、

「グラビア・オブ・ザ・イヤー2019」では優秀賞に選出。

<生年月日：1998年8月13日> <スリーサイズ：B90／W58／H90>

<Twitter：@iocos69>



■松嶋えいみ（#3-4出演）

MAGNIFY ENTERTAINMENT所属。

「グラビア・オブ・ザ・イヤー2020」では優秀賞に選出。

<生年月日：1992年4月7日> <スリーサイズ：B87／W60／H86>

<Twitter：@matsushima_eimi、Instagram：@eimi_matsushima>



■朝比奈りる（#3-4出演）

2021年～Ella promotionに所属し活動中。

<生年月日：1998年4月1日> <スリーサイズ：B81／W56／H83>

<Twitter：@riru_asahina、Instagram：@riru_asahina>



■麻倉まりな（#5-6出演）

ディアーズ所属。「ミス東スポ2016」にて特別賞を受賞。

<生年月日：1992年4月20日> <スリーサイズ：B89／W58／H91>

<Twitter：@marina_asakura、Instagram：@marina_asakura>



■乃木結夢（#5-6出演）

2021年～Ella promotionに所属し活動中。

<生年月日：1999年4月4日> <スリーサイズ：B82／W54／H83>

<Twitter：@y_nogi4、Instagram：@yuna_nogi>



■出演者（一部）からのメッセージ

<山本ゆう>

いつもは撮ってもらってるばかりですし、配信とかでもみんなの前でエクササイズしたりはしないので、自撮りに挑戦してみたのは楽しかったです！普段私はおうちトレーニングしないので、思った以上にハードで「ここ凝ってたんだ」とかわかって…あとトランポリンにも初めてちゃんと乗ったりして新しい体験ができました。同じようにあまりおうちトレーニングしない方も、一緒にやってみたら健康的になれると思うので是非見て欲しいです。

<伊織いお>

撮影してみての感想は…しんどかったですね（笑）特に腹筋でやったことがない動きが多かったので、新鮮でもあり、きついなあって思いました。見て下さっている皆さんは私と一緒に筋トレしているっていう気持ちになれると思うので、“一緒に”頑張ろう！って感じです。

見て欲しいポイントはやっぱりしんどそうな顔です！配信の番組でも筋トレしたことが無かったので、私の本当にきつそうな顔が見られるのはレアだと思います。スポーツウェア姿もあまり出さないで、そこも注目ポイントです！

あと番組を見ながらツッコミとかも入れてもらえたら嬉しいです。「それちゃんとできてないよ！」とか（笑）いろいろな楽しみ方があると思うので是非見て下さい！

■Amazon Prime Video チャンネルでも配信！

2021 年 6 月 11 日からは Amazon Prime Video チャンネル『ダンスチャンネル オンデマンド』でも配信します。新番組「【自撮り美女】家トレはじめました！」の他にも、美女がダンスを通して一生懸命にカラダを動かし完全燃焼する姿をお届けする「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〜」など、ダンスチャンネルの人気番組も好評配信中！

Amazon プライムユーザーなら月額 387 円で見放題。

詳しくは <https://www.amazon.co.jp/channels/dancech> をご覧下さい。

■プレゼントキャンペーン開始！

放送開始を記念して、

ここだけの自撮りプリントチェキを 12 名様にプレゼント！！

応募方法はメールを送るだけ！

詳細は HP をご覧下さい。

<https://www.dance-ch.jp/exercise/jidori.html>

応募〆切：5 月 31 日（月）





<放送・配信詳細>

■ 番組詳細 ■

番組名：【自撮り美女】家トレはじめました！

制作年・国：2021 年/日本/全 6 話/各話 57 分

番組 URL：<https://www.dance-ch.jp/exercise/jidori.html>



■ 放送 ■

放送局：CS「ダンスチャンネル by エンタメ〜テレ」(<https://www.dance-ch.jp/>)

放送スケジュール（月 2 回更新）：

【#1】2021 年 5 月 14 日（金）24:00-ほか

【#2】2021 年 5 月 28 日（金）24:00-ほか

ひかり TV、スカパー！プレミアムサービス、スカパー！プレミアムサービス光、

スカパー！オンデマンド、J:COM ほか全国ケーブルテレビ、dTV チャンネル™ にて視聴可能

■ 配信 ■

Amazon Prime Video チャンネル「ダンスチャンネル オンデマンド」で配信！

配信開始（月 2 回更新）

【#1】2021 年 6 月 11 日（金）00:00-

【#2】2021 年 6 月 25 日（金）00:00-

※放送・配信日時は変更になる可能性があります。

報道関係の方のお問い合わせは、こちらまでお願いします。

名古屋テレビNEXT株式会社 経営・編成企画部 佐々木 TEL：03-6228-5760（平日 10:00～18:00）

E-mail：dance_promo@nagoyatvnext.co.jp