

水	木	金	土	日	月	火
1	2	3	4	5	6	7
4.00 IFSC クライミング世界選手権 2019 ▽男女ボルダリング 決勝	6.00 インターハイ'19 全国高校総合体育大会サッカー ▽男子 準決勝-1 ▽8.00 男子 準決勝-2 ▽京都府立高校×岡山県立高校 ▽10.00 男子 決勝「富山」 ▽第一高校×岡山県立高校 ▽2.30 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第12ステージ	5.00多BOOMER#117 3.30 トップリーグ ナビ 6.00 REAL スタンドアップバトル 7.00 ツール・ド・フランス～絶頂まで～ 9.00 REAL マヨ・ジョーヌ 10.00 蹴球日本代表監督史② 0.15 ダカールラリー'20 ナビ 0.30 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第6ステージ	6.30 REAL ラグビーW杯日本代表 7.30多BOOMER#117 8.00 WWE スマックダウン#1062 10.00★生WWE スマックダウン#1063 0.15 WRCナビ 0.30 ダンス! 華語なる闘い ▽19 WDSF世界選手権* 2.00 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第7ステージ	7.00 トップリーグ ナビ 7.30 REAL スタンドアップバトル 8.30 WWE ロウ#1387 11.15多スキージャンプ FIS W杯 19/20 男子スラローム マジャック週間 「インスブルック」 1.30多BOOMER#117 2.00 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第8ステージ	6.00 REAL マヨ・ジョーヌ ▽7.00 FIFA U-17 ワールドカップ 特集 8.00多アルペンスキー FIS W杯 19/20 男子スラローム 「ザグレブクロアチア」 11.00 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第9ステージ	6.00多第99回全国高等学校ラグビー大会④ 準決勝-1 ▽7.30 準決勝-2 9.00 REAL マヨ・ジョーヌ 10.00★生WWE ロウ#1389 英語版 1.30 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第10ステージ
8	9	10	11	12	13	14
6.00多ラグビー 第11回 U18 合同チーム東西対抗戦 7.30多第99回全国高等学校ラグビー大会⑤ 決勝 9.45 WRCナビ 10.00多ドローンCL 第9・10戦 11.00生FIA フォーミュラE選手権 11.30 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第11ステージ	6.00多ラグビー 全国大学選手権 19/20 準決勝-1 8.00 REAL ラグビー日本代表 9.00多アルペンスキー FIS W杯 19/20 男子スラローム「マドナ・ディ・カンピオリ」 0.00 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第12ステージ	6.00多ラグビー 全国大学選手権 19/20 準決勝-2 8.00 蹴球日本代表監督史② 10.15 WRCナビ◇ガンパレ野球 11.00生FIA 世界耐久選手権HL 0.00 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第13ステージ	4.30 高校バスケット ウインターカップ2019⑫ 「福井商業×能代工業」 6.15 HAKA集◇ガンパレ野球 7.00多ドローンCL 第9・10戦 8.00多スキージャンプ#1063 10.00★生WWE スマックダウン#1064 0.30多BOOMER#117 1.00 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第14ステージ	5.30 フットサルリーグ 19/20 第32節 「F選抜×すみだ」 7.00 第32節 「立川・府中×大阪」 8.30 WWE ロウ#1388 9.15 モータースポーツガイド 0.35★生フットサルリーグ 19/20 第32節 「大分×長野」 「仙台×北海道」 「町田×名古屋」 10.00 The REAL 11.00 高校バスケット ウインターカップ2019⑬～⑮ ▽男子1回戦「文芸芸術大学附属×九州学院」 ▽0.45 男子1回戦「広島県立×市立船橋」 ▽2.30 男子1回戦「湘南×仙台」 ▽3.30「北海道×浦安」 「中部大学第一×白樺学園」	4.15 高校バスケット ウインターカップ2019⑯ ▽男子1回戦「洛南×川内」 6.00多アルペンスキー W杯HL 7.00 蹴球日本代表監督史② 9.15 SUPER GT '19 総集編 11.15 WRCナビ 11.30 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第15ステージ	6.00多ラグビー トップリーグ 2020 第1節-1 「フジサンケイ×クボタ」 ▽8.00 第1節-3 「東芝×サントリー」 10.00★生WWE ロウ#1390 英語版 1.15 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第16ステージ
15	16	17	18	19	20	21
7.00多ラグビー トップリーグ 2020 第1節-7 「神戸製鋼×ヤマト」 ▽9.00 第1節-4「ヤマト」 11.00多ラグビー 全国大学選手権 19/20 第32節 1.30 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第17ステージ	6.00多ラグビー トップリーグ 2020 第1節-5 「リコ×Honda」 ▽8.00 第1節-6 「日野×NTTコミュニケーションズ」 10.00 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第18ステージ	6.00多ラグビー トップリーグ 2020 第1節-6 「ドコモ×三菱重工相模原」 ▽8.00 第1節-8 「京セラ×サンエックス」 10.00多アルペンスキー W杯HL 11.00 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第19ステージ	5.30 蹴球日本代表監督史③ 7.45 新古今HAKA集 8.00多スキージャンプ#1064 10.00★生WWE スマックダウン#1065 英語版 0.15 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第20ステージ	6.00 The REAL 7.30多WWE ロウ#1389 10.15 Cycle*2019 ツール・ド・フランス ▽第21ステージ	6.00多ラグビー トップリーグ 2020「サントリー×NTTコミュニケーションズ」 8.00多ラグビー トップリーグ 2020「東芝×クボタ」 10.15多スキージャンプ W杯 男子スラローム 10.30 ガンパレ野球 1.00多アルペンスキー FIS W杯 19/20 男子スラローム 4.00多スキージャンプ#1064 6.00★生WWE ロウ#1390 8.45 モータースポーツガイド 9.00 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー マジャック (放送開始時刻変更あり) 11.00 高校バスケット ウインターカップ2019⑲～⑳ ▽男子1回戦「花巻×豊川」 ▽2.45 男子1回戦「奈良長岡×実践学園」 ▽4.30 (～4.30)	4.15 第3回番組審議会 (4.20～6.00放送休止) 6.00多ラグビー トップリーグ 2020「三菱重工相模原×ヤマト」 8.00多スキージャンプ W杯 男子スラローム 10.15 モータースポーツガイド 11.00★生WWE ロウ#1391 英語版 1.15 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第1ステージ (放送開始時刻変更あり) 2.30 100年目のマヨ・ジョーヌ①～② 7.45 新古今HAKA集 8.00 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第1ステージ 11.00多アルペンスキー W杯HL 0.00 GTV2020×セレクトジョン 1.00 WWE ロウ#1391 英語版 3.45 高校バスケット 2019⑳ ▽女子1回戦「アレスシア湘南×佐賀北」(～5.30)
22	23	24	25	26	27	28
6.00多ラグビー トップリーグ 2020 第2節-3 「神戸製鋼×神戸製鋼」 8.00多スキージャンプ FIS W杯 19/20 男子スラローム マジャック週間 「インスブルック」 10.15 WRCナビ◇30 HOOP!② 11.00★生WWE ロウ#1392 英語版 1.15 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第2ステージ (放送開始時刻変更あり) 2.00 SUPER GT '19 総集編 4.00 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第2ステージ 7.00 ガンパレ野球 7.30★生ISU欧州フィギュアスケート選手権2020 「男子フリースケート」 (放送開始時刻変更あり) 1.30 藤田健児プロフ 2.00多アルペンスキー W杯 ハイライト (～3.00)	7.00 REAL マヨ・ジョーヌ 8.00 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第2ステージ 11.00★生WWE ロウ#1391 英語版 1.15 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第3ステージ (放送開始時刻変更あり) 2.00 Cycle*2019 アークティックレス・オブ・ノルウェー ▽第2ステージ 6.35 HAKA集◇45 WRCナビ 7.00多アイススケート 総集編 8.00 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第3ステージ 11.00多WWE ロウ#1390 1.45 WRCナビ◇HOOP!① 2.30★生ISU欧州フィギュアスケート選手権2020 「男子フリースケート」 (放送開始時刻変更あり)	7.00多スキージャンプ FIS W杯 19/20 男子スラローム マジャック週間 「ビジャネーベン」 9.15 新古今HAKA集 9.30 セレクトジョン 1.00 ダンス! 華語なる闘い ▽19 WDSF世界選手権* 2.30 HOOP!～学生1人情報 3.00 REAL マヨ・ジョーヌ 4.00 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第4ステージ 7.00 ガンパレ野球 7.30★生ISU欧州フィギュアスケート選手権2020 「女子ショートプログラム」 ～オーストリア 1.30★生WWE スマックダウン#1065 3.30 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第4ステージ	6.30多WWE スマックダウン#1065 8.30 セレクトジョン 9.00 ガンパレ野球 1.00 WRCナビ 1.20多アルペンスキー W杯HL 2.20 セレクトジョン 5.00 セレクトジョン 9.00 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第5ステージ 0.30 WWE スマックダウン#1066 英語版 2.30★生ISU欧州フィギュアスケート選手権2020 「女子フリースケート」 ～オーストリア (放送開始時刻変更あり)	7.00多WWE ロウ#1390 9.45 モータースポーツガイド 10.00★生WWE ロウ#1392 英語版 11.00 Cycle*2020 ツアー・ダウンアンダー ▽第6ステージ (放送開始時刻変更あり) 2.30 HOOP!～学生1人情報① 3.00多ISU欧州フィギュアスケート選手権2020 「女子フリースケート」 7.30 セレクトジョン	4.00 セレクトジョン 9.00多アルペンスキー FIS W杯 19/20 男子スラローム 「キツビューリ」 11.00 セレクトジョン 4.00多WWE スマックダウン#1065 6.00★生WWE ロウ#1391 英語版 8.45 新古今HAKA集 9.00 Cycle*2020 ツアー	

※都合により、番組内容や放送時間が変更になる場合があります。最新の番組情報はJ SPORTS ホームページでご確認下さい。

(J SPORTS 4)

〒135-8668 東京都江東区青海2-4-24
カスタマーセンター：TEL 03-5500-3488 (10:00~18:00)

