7 2026年7月放送スケジュール

2026.7.1 ▶ 7.31　J SPORTS 4

★新内容登場番組　生 生放送・生中継　二 二カ国語　多 音声多重　字 字幕

1（水）

6.00 東日本バレー大学選手権女子関東大会2026 決勝
8.30 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 [神戸U-18×名古屋U-18]
11.00 ラグビー わんだほー#134
0.00多第63回北九州オープンフィギュア ▽ノービスAB男女シングル ▽1.30 ジュニア女子シングル [ショートP] ▽3.45 ジュニア女子シングル [フリー]
7.15 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 [G大阪ユース×鳥栖U-18]
9.45 GTツアーズ②
10.00二Cycle*2026 ツール・オーヴェルニュ・ローヌ・アルプ 第6ステージ
0.30字REAL パリ～ルーベ前
1.30 Cycle*2026 ツール・ド・ハンガリーHL
2.30字ダーツ PDC②（～3.00）

2（木）

6.00多ラグビー 関東大学春季交流大会2026 [早稲田大学×明治大学]
8.00二ラグビー ジュニアワールドCS 2026 [U20ニュージーランド×U20日本]
10.30 SVリーグ 高橋藍
11.30 HOOP!～学生バスケ情報⑥
0.00多第63回北九州オープンフィギュア 男女シングル ▽3.30 ジュニア男子シングル [ショートP] ▽5.00 ジュニア男子シングル [フリー]
7.00 高円宮杯 U-18 サッカープレミア 2026 [神戸U-18×名古屋U-18]
9.30二Cycle*2026 ツール・オーヴェルニュ・ローヌ・アルプ 第7ステージ
0.00 ロードレース応援部
1.00字REAL パリ～ルーベ後
2.00 Foot!超高校サッカー通信（～3.00）

3（金）

6.00多第54回 愛知県ラグビー祭 [明治大学×同志社大学]
8.00多リポビタンDチャレンジカップ2026 ▽ラグビー日本代表強化試合 [JAPAN XV×マオリ・オールブラックス]
11.00 ラグビー わんだほー#134
0.00多サマーカップ2025フィギュア ▽ジュニア女子シングル [ショートP①] ▽4.30 ジュニア女子シングル [ショートP②]
8.45 ロードレース応援部 ▽ツール・ド・フランス
9.45二Cycle*2026 ツール・オーヴェルニュ・ローヌ・アルプ 第8ステージ
0.15字FIM EWC 2025HL ▽第3戦 [鈴鹿8耐]
1.15二FIM スーパーバイク世界選手権 2026 ▽第7戦 ミサノ

4（土）

4.15多リーグワン【45分HL】 ▽D1 プレーオフ 準決勝-1 ▽5.00 準決勝-2 ▽5.45 3位決定戦 ▽6.30 決勝
7.15 ラグビー わんだほー#134
8.15 MLBの歩き方
8.25 ロードレース応援部
9.25二FIA フォーミュラE '25/26 ▽第11戦 三重 [決勝]
11.25★生二FIA フォーミュラE 2025/26 第12戦 [予選]
1.30 セレクション
3.30★生二FIA フォーミュラE 2025/26 第12戦 [決勝]
6.00 Foot!超高校サッカー通信
7.00 GTツアーズ②
7.15 ロードレース応援部
8.15★全日本自転車競技HL
10.15★生二ツール・ド・フランス まもなく開幕SP
11.45★生二ツール・ド・フランス ▽第1ステージ
3.15 GTツアーズ③◇HOOP!⑥

5（日）

4.00 Cycle*2026 全日本自転車競技 ロードレースHL
6.00字ダーツ PDC③
6.25二ツール・ド・フランス まもなく開幕SP
7.55二Cycle*2026 ツール・ド・フランス 第1ステージ
11.25★生二FIA フォーミュラE 世界選手権 2025/26 ▽第13戦 上海 [予選]
1.30 セレクション
3.30★生二FIA フォーミュラE 世界選手権 2025/26 ▽第13戦 上海 [決勝]
6.00 8.3オリックス事前特番
6.30二ツール・ド・フランス まもなく開幕SP
8.00 60分 de ツール ▽第1ステージ
9.00★生二ツール・ド・フランス ▽第2ステージ
1.30二FIM スーパースポーツ世界選手権 2026 ▽第7戦 ミサノ（～4.00）

6（月）

6.00 セレクション
9.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第2ステージ
1.30 60分 de ツール ▽第1ステージ
2.30多サマーカップ2025フィギュア ▽ジュニア女子シングル [フリー]
5.30 結束！侍ジャパン#134
6.00 Foot!超高校サッカー通信
7.00 60分 de ツール ▽第2ステージ
8.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第3ステージ
1.00字The REAL ▽パリ～ルーベ前 ▽2.00 パリ～ルーベ後（～3.00）

7（火）

6.00二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽プールB [U20イタリア×U20日本]
8.30二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第3ステージ
1.30 60分 de ツール ▽第2ステージ
2.30多サマーカップ2025フィギュア ▽ジュニア男子シングル [ショートP]
7.00 SVリーグ 高橋藍ドキュメンタリー
8.00 60分 de ツール ▽第3ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第4ステージ
1.30 東日本バレー大学選手権女子関東大会2026 ▽決勝（～4.00）

8（水）

6.00多HOOP!～学生バスケ情報⑥
6.30字Wフリースポーツ①
6.55字REAL パリ～ルーベ前
7.55二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第4ステージ
0.25 60分 de ツール ▽第2ステージ ▽1.25 第3ステージ
2.25多サマーカップ2025フィギュア ▽ジュニア男子シングル [フリー]
5.25二FIM スーパースポーツ世界選手権 2026 ▽第7戦 ミサノ
7.55 60分 de ツール ▽第4ステージ
8.55★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第5ステージ
1.30 東日本バレー大学選手権男子山形大会2026 ▽決勝（～4.00）

9（木）

6.00字Wフリースポーツ① ▽マウンテンバイク
6.25二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第5ステージ
11.00★生二MLB中継 [ドジャース×ロッキーズ (7/8)] (延長の場合、以降の番組変更あり)
3.00 セレクション
6.00 60分 de ツール ▽第3ステージ ▽7.00 第4ステージ ▽8.00 第5ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第6ステージ
1.30 Cycle*2026 全日本自転車競技 ロードレースHL（～3.30）

10（金）

5.30二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽プールB [U20スコットランド×U20日本]
8.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第6ステージ
0.30 60分 de ツール ▽第4ステージ ▽1.30 第5ステージ
2.30多サマーカップ2025フィギュア ▽女子シングル [ショートP]
7.30多HOOP!～学生バスケ情報⑥
8.00 60分 de ツール ▽第6ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第7ステージ
1.30 ツール・ド・ハンガリーHL
2.30 バレーボール 清水邦広引退SP
3.30字REAL パリ～ルーベ前

11（土）

4.30 東日本バレー大学選手権女子関東大会2026 決勝
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第7ステージ
11.30 60分 de ツール ▽第5ステージ ▽0.30 第6ステージ
1.30二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽プールB [U20スコットランド×U20日本]
4.00多サマーカップ2025フィギュア ▽女子シングル [フリー]
7.45 GTツアーズ③
8.00 60分 de ツール ▽第7ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第8ステージ
1.30 Cycle*2026 全日本自転車競技 ロードレースHL
3.30字REAL パリ～ルーベ後

12（日）

4.30 8.3オリックス事前特番
5.00 東日本バレー大学選手権男子山形大会2026 決勝
7.30二Cycle*2026 ツール・ド・フランス 第8ステージ
0.00 60分 de ツール ▽第6ステージ ▽1.00 第7ステージ
2.00多HOOP!～学生バスケ情報⑥
2.30★生二SROジャパンカップ2026 ▽Rd.3・4
5.00 SVリーグ 高橋藍ドキュメンタリー
6.00 バレーボール 清水邦広引退SP
7.00 Foot!超高校サッカー通信
8.00 60分 de ツール ▽第8ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第9ステージ
2.00 Cycle*2026 ツール・ド・ハンガリーHL（～3.00）

13（月）

6.00 60分 de ツール ▽第8ステージ
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第9ステージ
0.00 60分 de ツール ▽第7ステージ ▽1.00 第8ステージ
2.00多サマーカップ2025フィギュア ▽男子シングル [ショートP]
6.00多第46回全国中学スケートハイライト フィギュア
7.00 Cycle*2026 全日本自転車競技 ロードレースHL
9.00 60分 de ツール ▽第9ステージ
10.00 ツール・ド・ハンガリーHL
11.00 セレクション
1.00 スーパーフォーミュラ 2026 公式テスト [セッション1]（～3.00）

14（火）

6.00 セレクション
9.00二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽順位決定戦-1
11.30多HOOP!～学生バスケ情報⑥
0.00 60分 de ツール ▽第8ステージ ▽1.00 第9ステージ
2.00多サマーカップ2025フィギュア ▽男子シングル [フリー]
5.15多第46回全国中学スケートハイライト フィギュア
6.15多HOOP!～学生バスケ情報⑥
6.45 GTツアーズ③
7.00 60分 de ツール ▽第9ステージ
8.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第10ステージ
1.30 スーパーフォーミュラ 2026 公式テスト [セッション2]（～3.30）

15（水）

6.00多HOOP!～学生バスケ情報⑥
6.30 60分 de ツール ▽第9ステージ
7.30二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第10ステージ
1.00 60分 de ツール ▽第9ステージ
2.00 SVリーグ 高橋藍ドキュメンタリー
3.00 SFダイジェスト
3.10 8.3オリックス事前特番
3.40★二MLB中継 [オールスターゲーム (7/14)]
8.40★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第11ステージ
1.30 スーパーフォーミュラ 2026 公式テスト [セッション3]（～3.30）

16（木）

5.55 GTツアーズ③
6.10 60分 de ツール ▽第10ステージ
7.10二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第11ステージ
0.00 60分 de ツール ▽第9ステージ ▽1.00 第10ステージ
2.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2024年 世界選手権 [ペア] ～ペル・センター
8.00 60分 de ツール ▽第11ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第12ステージ
1.30 スーパーフォーミュラ 2026 公式テスト [セッション4]（～3.30）

17（金）

6.00 結束！侍ジャパン#134
6.30 60分 de ツール ▽第11ステージ
7.30二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第12ステージ
0.00 60分 de ツール ▽第10ステージ ▽1.00 第11ステージ
2.00 セレクション
4.30 セレクション
7.00 バレーボール 清水邦広引退SP
8.00 60分 de ツール ▽第12ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第13ステージ
2.00 Cycle*2026 全日本自転車競技 ロードレースHL

18（土）

4.00字ダーツ PDC④⑤
5.00 60分 de ツール ▽第12ステージ
6.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス 第13ステージ
11.00 60分 de ツール ▽第11ステージ ▽0.00 第12ステージ
1.00二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽順位決定戦-2
3.30多HOOP!～学生バスケ情報⑥
4.00 60分 de ツール ▽第13ステージ
5.00 セレクション
8.30 ぶらり高校サッカー
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第14ステージ
1.30多スーパーフォーミュラ 2026 第7戦 [予選]
3.00字ダーツ PDC①
3.25 60分 de ツール ▽第13ステージ

19（日）

4.25二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第14ステージ
8.55★生二MLB中継 [サンキース×ドジャース (7/18)] (延長の場合、以降の番組変更あり)
1.00 結束！侍ジャパン#134
1.30 60分 de ツール ▽第13ステージ
2.30 セレクション
5.30 セレクション
8.00 60分 de ツール ▽第14ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第15ステージ
2.00 バレーボール 清水邦広引退SP（～3.00）

20（月）

6.00 60分 de ツール ▽第14ステージ
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第15ステージ
0.00 60分 de ツール ▽第13ステージ ▽1.00 第14ステージ
2.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2024年 世界選手権 [女子シングル] ～ペル・センター
8.00 バレーボール 清水邦広引退SP
9.00 60分 de ツール ▽第15ステージ
10.00 セレクション
0.00 セレクション
2.00 バレーボール 清水邦広引退SP（～3.00）

21（火）

6.00二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽順位決定戦-1 ▽8.30 順位決定戦-2
11.00 60分 de ツール ▽第13ステージ ▽0.00 第14ステージ ▽1.00 第15ステージ
2.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2024年 世界選手権 [男子シングル] ～ペル・センター
8.00 60分 de ツール ▽第15ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第16ステージ
1.50 8.3オリックス事前特番
2.25 結束！侍ジャパン#134（～3.00）

22（水）

6.00 60分 de ツール ▽第15ステージ
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第16ステージ
11.50 GTダイジェスト
0.00多第46回全国中学スケートハイライト フィギュア
2.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2024年 世界選手権 [アイスダンス] ～ペル・センター
8.00 60分 de ツール ▽第16ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第17ステージ
1.30二FIA フォーミュラE世界選手権 2025/26 ▽第12戦 上海 [予選]（～3.30）
（11.00～7.00休止の場合あり）

23（木）

5.55 第1回番組審議会
6.00 60分 de ツール ▽第16ステージ
（7.00まで休止の場合あり）
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス 第17ステージ
11.30 ぶらり高校サッカー
0.00 60分 de ツール ▽第15ステージ ▽1.00 第16ステージ
2.00多ISUフィギュアアーカイブ ▽2024年 世界選手権 [エキシビション]
4.30多第46回全国中学スケートハイライト フィギュア
5.30 結束！侍ジャパン#134
6.00 セレクション
8.00 60分 de ツール ▽第17ステージ
9.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第18ステージ
1.30二FIA フォーミュラE '25/26 ▽第13戦 [予選]（～3.30）

24（金）

6.00 60分 de ツール ▽第17ステージ
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第18ステージ
11.30多HOOP!～学生バスケ情報⑥
0.00 60分 de ツール ▽第16ステージ ▽1.00 第17ステージ
2.00多第46回全国中学スケートハイライト フィギュア [男子 ショートP]
6.00 結束！侍ジャパン#134
6.30 GTダイジェスト
6.50 バレーボール 清水邦広引退SP
7.50 60分 de ツール ▽第18ステージ
8.50★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第19ステージ
1.30二FIM スーパーバイク世界選手権 2026 ▽第8戦 ドニントンパーク

25（土）

4.30字FIM 世界耐久選手権 (EWC) 2026HL 第3戦
5.30多HOOP!～学生バスケ情報⑥
6.00 60分 de ツール ▽第18ステージ
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス 第19ステージ
11.40 GTツアーズ③
0.00 60分 de ツール ▽第17ステージ ▽1.00 第18ステージ
2.00 セレクション
5.00 セレクション
7.00 60分 de ツール ▽第19ステージ
8.00★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第20ステージ
1.00 セレクション
3.00二FIM スーパースポーツ世界選手権 2026 第8戦

26（日）

5.00 GTV2026③
5.30 ぶらり高校サッカー
6.00 60分 de ツール ▽第19ステージ
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス 第20ステージ
0.00字FIM 世界耐久選手権 (EWC) 2026HL 第3戦
1.00 GTダイジェスト
1.10 GTツアーズ③
1.25 60分 de ツール ▽第19ステージ
2.25 清水邦広 引退SP
3.25多ISUフィギュアアーカイブ ▽グランプリファイナル2022 [ハイライト] ▽6.25 グランプリファイナル2023 [ハイライト]
9.25 GTV2026③◇番組情報
10.05 60分 de ツール ▽第20ステージ
11.05★生二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第21ステージ（～4.00）

27（月）

6.00 60分 de ツール ▽第20ステージ
7.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第21ステージ
11.55字FIM 世界耐久選手権 (EWC) 2026HL 第3戦
0.55 GTV2026③
1.30多第46回全国中学スケート ▽フィギュア [女子 ショートP①]
5.00 セレクション
8.00二Cycle*2026 ツール・ド・フランス ▽第21ステージ
0.55二FIA フォーミュラE世界選手権 2025/26 ▽第14戦 東京 [予選]
2.55 番組情報（～3.00）

28（火）

6.00 セレクション
9.00二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽プールB [U20ニュージーランド×U20日本]
11.30 60分 de ツール ▽第20ステージ ▽0.30 第21ステージ
1.30多第46回全国中学スケート ▽フィギュア [女子 ショートP②]
5.00 セレクション
8.00 ぶらり高校サッカー
8.30 FIM 世界耐久選手権 (EWC) 2026 ▽第3戦 [鈴鹿8時間耐久ロードレース①]
1.00二FIA フォーミュラE世界選手権 2025/26 ▽第15戦 東京 [予選]（～3.00）

29（水）

6.00 セレクション
9.00二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽プールB [U20イタリア×U20日本]
11.30二FIM スーパースポーツ世界選手権 2026 ▽第8戦 ドニントンパーク
1.30 ぶらり高校サッカー
2.00多第46回全国中学スケート ▽フィギュア [女子 フリー]
5.00 セレクション
8.00 セレクション
9.00 FIM 世界耐久選手権 (EWC) 2026 ▽第3戦 [鈴鹿8時間耐久ロードレース②]
1.30 HOOP!～学生バスケ情報⑦
2.00 The REAL（～3.00）

30（木）

6.00 セレクション
9.00二FIM スーパーバイク世界選手権 2026 ▽第8戦 ドニントンパーク
0.00二SROジャパンカップ2026 ▽Rd.3・4
2.00多第46回全国中学スケート ▽フィギュア [男子 フリー]
5.00 セレクション
8.00 セレクション
9.00 セレクション
11.00 セレクション
1.00 GTV2026③
1.30 ぶらり高校サッカー
2.00 ラグビー わんだほー#135（～3.00）

31（金）

6.00 Cycle*2026 全日本自転車競技 ロードレースHL
8.00 結束！侍ジャパン#135
8.30二ラグビー ジュニアワールドチャンピオンシップ 2026 ▽プールB [U20スコットランド×U20日本]
11.00★生二MLB中継 [ドジャース×マリナーズ (7/30)] (延長あり)
3.00 ラグビー わんだほー#135
4.00 セレクション
5.00 60分 de ツール ▽第21ステージ
6.00 セレクション
8.00 セレクション
10.00 ぶらり高校サッカー
10.30 結束！侍ジャパン#135
11.00 セレクション
1.00二FIM スーパースポーツ世界選手権 2026 ▽第8戦 ドニントンパーク
3.00 バレーボール 清水邦広引退SP（～4.00）

株式会社ジェイ・スポーツ
〒135-8668　東京都江東区青海2-5-10
カスタマーセンター：TEL.0570-099-333
（ナビダイヤル/毎日10:00～20:00）

※最新の番組表はこちらからご覧いただけます。➡

※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。