

# BRAVO

## MUSIC CATALOG

VOL.

4

2020



 fitness  
music

 yogamusic

秋得

ブラボー  
オリジナルグッズ  
期間限定価格

カタログ有効期限 2021年2月10日

### New Releases

Girls On Fire  
Top 20 Hi-Low 2  
Party On!  
What'cha Want 3  
Just A Dance! 2  
Tribute To The Best Soundtracks  
Of All Time 3  
Happiness & Wellness 3  
Dance Battle 02 - Avicii & Friends  
Summer 2020 Chartmix  
J-POP SUPER BEST 30

Top 20 Step 2  
Senior Summer Party  
Aerobics Quarterly 23  
Step Quarterly 23  
Body Moves 7  
[DL限定] Bootcamp PowerMix Vol. 13  
最新 ビラーティスアナトミイ(書籍)  
Happy Fitness 29 Pure Hi-Energy  
Long Hot Summer 2  
Viva La Summer 2020  
Aqua Next Generation 6

One Shot!  
The Sound Of Ibiza 2020  
Latin Classics For Workout 2  
Top 40 Vol. 76  
Becoming By Bernard Koch  
Liquid Mind XIII : Mindfulness  
a波オルゴールで聴く 朝ドラコレクション  
癒しの森~こころをいやす音楽  
Pilates 13  
Chill House Pilates #6  
Yogilates

期間限定

# 秋の得割キャンペーン

ブラボーオリジナルグッズで気分転換を♪

2020年 10月2日(金)～10月15日(木)まで

その1

**ブラボーオリジナル マイクベルト** ~~¥3,460(税込)~~ → **¥3,000(税込)**  
**ブラボーオリジナル アームベルト** ~~¥3,190(税込)~~ → **¥2,800(税込)**

[マイクベルト]



マイクベルト(カラー)	商品番号
オレンジ	76104
イエロー	76105
カモフラージュ	76107

マイクベルト(カラー)	商品番号
ブラック	76100
レッド	76102
ブルー	76103

アームベルト(カラー)	商品番号
ブラック	76301
タイダイ	76302

[アームベルト]



アームベルト(カラー)	商品番号
カモフラージュレッド	76108
カモフラージュピンク	76122
ドットブラック	76123
ドットホワイト	76125
タイダイ	76126
アイズブルー	76127
ピンク	76128

[サイズ]  
 ポケット部分: 幅 約11cm × 高さ 11cm  
 ベルト部分: 上腕囲 最大35cmまで  
 (マジックテープで長さ調整が可能)  
 [素材] ネオプレン  
 ※柄ものは裁断によって写真とは柄の出方が異なります。  
 ※リニューアル時期によってサイズや形状に多少の違いがあります。

その2

## ブラボーオリジナル「マイクスポンジ×ヘッドパッド」セット

~~¥1,420(税込)~~ → **¥1,200(税込)**



選べるのは①②の色の組み合わせのみ

マイクスポンジ×ヘッドパッド(カラー)	商品番号
①ブラック×ブラック	SMH01
②ブラック×レッド	SMH02

※商品番号はキャンペーン期間のみ有効です。期間外は無効とさせていただきます。

## ブラボーオリジナル マイクスポンジ

国産



カラー	商品番号	カラー	商品番号
ピンク	70010	ブラック	70001
ブルー	70011	レッド	70002
パープル	70012	イエロー	70004
ライトグリーン	70013	オレンジ	70005

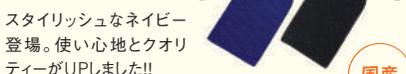
●商品価格(各色) 1個 **¥510(税込)**  
 [サイズ] 高さ: 約40mm 幅: 約22~23mm  
 穴の直径: 約7~8mm 穴の深さ: 約33~34mm  
 ※商品によってサイズに若干の誤差があります。サイズをお確かめの上、ご購入ください。

## インカム用ヘッドパッド(耳あて)



[サイズ] 約48×25mm [サイズ] 約50×27mm

NEW!!



[厚さ] 約5mm [サイズ] 約50×28mm  
 [素材] ネオプレン 表/ジャージー 裏/マジックテープ

カラー	商品番号
ブラック(左)	77031
レッド(右)	77030

●商品価格(各色) 2枚セット **¥400(税込)**

カラー	商品番号
ネイビー	77032

●商品価格 2枚セット **¥470(税込)**

# EMic

新しいフィットネス様式に「Myマイク」を。

My Mic My Style New Standard

EMic  
 ヘッドマイク  
 の詳細は  
 こちら▶



Aeromic社のフィットネス専用ヘッドマイク、日本初上陸!



トランスミッターは付いていません。

※EMicヘッドマイクのみ販売です。  
 ※スピーカーやアンプ等に直接差し込んで使うことはできません。  
 ※写真と実際の商品の色味は多少異なります。  
 ※CDなどの商品と一緒にご注文される場合は、EMicヘッドマイクと合わせてのお届けとなりますのでご注意ください。  
 ※本商品は受注生産のため、商品出荷までに3週間ほどお時間をいただく場合があります。  
 ※ご購入前にお使いのトランスミッターとの互換性を必ずご確認ください。

- ▶ **クリーン&クリアな高音質サウンドで、効果的なスタジオコミュニケーションを**
- ▶ **カラフル&スタイリッシュなデザインで、気分を盛り上げ最高のセッションを**
- ▶ **一体型のシンプル軽量設計で、激しい動きにもベストフィット**

EMicヘッドマイク(カラー)	商品番号	EMicヘッドマイク(カラー)	商品番号
ブラック	EMC1001	パープル	EMC1005
レッド	EMC1002	ブルー	EMC1006
オレンジ	EMC1003	グリーン <b>NEW!!</b>	EMC1007
イエロー	EMC1004		

商品価格(各色): 1個 **¥24,750(税込)**

[コネクタ部分サイズ]  
 金属プラグ部分: L11.6mm × Φ2.4mm 金属根元部分: Φ6.4mm  
 トランスミッター(送信機)にプラグを差し込み、ネジ型キャップで固定します。

## Ranking 情報

今コレが売れています! エクササイズカテゴリごとの **人気TOP3** をご紹介!

AEROBICS	MID-TEMPO	KICK/CORE	STEP
<p>1 Tee Vee Maestro Vol. 5 商品番号: EFF6592</p> <p>2 Happy Fitness 29 Pure Hi-Energy 商品番号: EFF6722</p> <p>3 Hi-Lo Combo 24 商品番号: EFF6542</p>	<p>1 Summer Vibes 2020 商品番号: IMSMR020</p> <p>2 Party Mix 14 商品番号: IMAMB023</p> <p>3 The Best Of Hits 2020 Mashup 商品番号: MX22002M</p>	<p>1 Bo:Tastic -Spring 2020- 160BPM 商品番号: MY13197</p> <p>2 Bootcamp Training 3 商品番号: MX22002</p> <p>3 [ダウンロード限定] Free Box 23 商品番号: 30610</p>	<p>1 Pink Battle 5 商品番号: IMDIV011</p> <p>2 2000-2020 The Best Of The Best 商品番号: EFF6552</p> <p>3 Top 40 Vol. 75 商品番号: 30617</p>
SENIOR	AQUA	LATIN	YOGA & PILATES
<p>1 Low Tempo 15 商品番号: EFF6602</p> <p>2 The Fabulous 50's &amp; 60's 商品番号: EFF6532</p> <p>3 Silver Seniors Vol. 15 商品番号: 30619</p>	<p>1 Aqua Super Hits 12 商品番号: EFF6612</p> <p>2 Aqua Next Generation 6 商品番号: EFF6652</p> <p>3 Aqua Super Hits 11 商品番号: EFF6062</p>	<p>1 Latin Lovers 2 商品番号: IMLTN039</p> <p>2 Latin Mania 11 商品番号: EFF6572</p> <p>3 Latin Classics For Workout 2 商品番号: EFF6682</p>	<p>1 Pilates &amp; Workout Pop Remixed Meets R&amp;B Grooves 商品番号: MY13186</p> <p>2 ココロとカラダを整える日光浴ミュージック 商品番号: DBRV102</p> <p>3 The World Of Pilates &amp; Yoga 12 商品番号: EFF6562</p>

かねてよりリリース延期をお知らせしておりますフィットネス専用音楽再生アプリ「BRAVO BEATS」は、早期完成に向けて鋭意作業中ですが、現時点においてもリリース時期は未定となっております。大幅なリリース延期で皆さまにご迷惑をおかけいたしますことを、深くお詫び申し上げます。

## オンラインレッスンに取り組みインストラクターさんへ スペシャルインタビュー

コロナ禍により、多くのインストラクターの方が始められた『オンラインレッスン』。今後、オンラインでのレッスンにも挑戦してみたいとお考えの方のご参考になればと思い、精力的にオンラインでの活動をされている3名のインストラクターさんにスペシャルインタビューを実施し、オフィシャルブログにてご紹介しました。  
ご好評につき、今回のカタログではその内容を一部抜粋して皆様にお届けします。オンラインレッスンの現状やトラブルと対策方法、またご自身の経験から得られた貴重なお話など、リアルなお声をお伺いしています。

※インタビューは2020年6月下旬に実施しました。

### 「お客様から学んだこと」

ブラボーグループ(以下、ブラボー)：参加者の皆さんの反応はいかがでしたか？  
藤井直子さん(以下、藤井)：ある方についてのお話なのですが、きっとこれは私独自の経験かなと思うことがあったんです。元々私のリアルのレッスンに出られている参加者さんに、糖尿病「1型」の方がいらっしゃるんですね。1型ってというのは遺伝的要因が高いようで、生活習慣予防で糖尿病を患ったわけではなくて、生まれつきの糖尿病の方。だから運動や筋肉を使うことと糖尿病の関係がすごく密で、そういった方たちはちょっとでも運動から離れてしまうと、糖尿の数値が上がるらしいですね。それは以前から存じ上げていたんですけど…。コロナ禍でスタジオレッスンができなくなって、ご本人もそれを心配されていて、私のブログを通してオンラインレッスンを受けたいとご連絡をいただきました。その方は今オンラインレッスンを必ず毎回受けたいとご連絡をいただきました。レッスンの前と後では、糖尿の数値が全然違うらしいんです。2週間ぐらい前に、レッスン後に少しZoomでお話をさせていただいたんです。その方、ご自身で糖尿の数値が測れる計測器具を付けてるんですね。レッスン前に数値を見て、その後は簡単な筋トレと筋繊維体操のクラスに2本続けて出てくださいましたんですけど、終わってから見ると、やはり数値が明らかに良いんです。コロナ禍でリアルなレッスンが全くできない状況で、その方は「オンラインレッスンがあったことで、私は生きていられるようなものです。」っておっしゃっていただきました。  
ブラボー：嬉しいお言葉ですね。  
藤井：元々私は、「エアロが好き」とか「運動が好き」って方のためのオンラインレッスンが良いのかなと思ったりしたんですけど、逆に本当に困ってる方って、目に見えていないだけでたくさんいらっしゃるんだなと感じて。やっと今、フィットネスクラブがオープンしてレッスンも再開していますけど、その方は糖尿病でコロナウイルスに感染する危険性が高いので、怖くて行けないと。だから、体調や気分が良くてフィットネスクラブに行ける時は行く、今はちょっと怖いからオンラインレッスンにするっていう風に「自分で選択できるのが本当に嬉しいです。」って言っていただいたので、これはこれでアリだし、今後そういう病気の方に対してもアプローチができるんじゃないかと。そこらうまくビジネスチャンスが広がれば尚良いんですけど。そういう方がいっぱいいらっしゃるということは、オンラインレッスンを通して参加者の方に教えてもらいました。糖尿病でも「2型」のメタボで、お医者さんに怒られて運動していますって方はいらっしゃると思うんですけどね。1型の人はそうじゃなく、死活問題、生きていくことに関わる問題なので、Zoomに出会って良かったなと思ってます。

### 「誰かとつながること」

ブラボー：参加される方の割合ってどんな感じだったんでしょうか？  
木原啓貴さん(以下、木原)：僕、サークルやスポーツクラブで活動しているので、そちらで参加された方が比較的多く、もともと「体を動かさなきゃ」と強い意志を持っている方なので、そういう意味ではやり易さはありました。  
ブラボー：参加された方たちの反応はいかがでしたか？  
木原：コロナ禍で「誰かとつながる」というのが家族以外に無いじゃないですか。そんな状況で、「人とつながれた」ということが嬉しかった」というお言葉をいただきました。また、受けられる方のほとんどがオンラインレッスンの初心者だったので、事前に受講される方向けに接続テストやZoomの説明も実施しました。そうやってワンクッションおいたので、皆さん「これはいける!」と思ってくれたみたいで、実際に実施する時には、オンラインレッスンに対する抵抗はなかったようです。  
ブラボー：他のインストラクターの方の中には「目の前にお客様が居ないのが嫌で」という方もいらっしゃったんですけど、木原さんはその辺りどうでしたか？  
木原：指導者側は画面が一斉に出せるので「たくさんいる」って感じが僕はすごいしま

した!(笑) 逆にお客様は、指導する僕しか画面に映っていないので、パーソナルレッスンを受けているような感覚で、より近い距離感で受講出来たという意見もありました。運動に慣れてない方もいらっしゃるって、そういう意味では「しっかり指導を受けてる」と実感出来たんじゃないかな。って僕が勝手にそう思ってるだけかもしれませんが。(笑) ただ、グループエクササイズがすごく好きで、人との距離感を感じながらするのが好きな方は、物足りない部分はあるかもしれません。そこはなるべく、お客様がさみしくならない配慮を心がけてました。レッスンの前後にお客様と話す時間を必ず設けたり、レッスン中に「〇〇さん、それ良いですねー!」とか「もうちょっとこーしましょー」とか、取って名前を呼ぶんですよ。運動を通じて、「つながりがほしい」という方が多いんですよ。ZoomとYouTubeでやる意味の違いって、(コミュニケーションが)双方向か、一方通行なのか、なんですよ。Zoomは双方向のコミュニケーションができるので、使わないのもったいないじゃないですか。もちろんメインは運動なんですけど、運動という手段を通じて人とつながるということを人は求めているのではないかな、と思いました。

### 「オンラインレッスンで苦戦したこと、工夫したこと」

ブラボー：色々初めてのことで大変じゃなかったですか？  
Chiakiさん(以下、Chiaki)：正直、大変でした! 今でこそみんなスムーズにZoomに繋がれるけど、繋ぎ方がわからないっていう方も多くて。あとは自分がパソコンからちょっと離れた途端に、声が遠くなってしまっ。それですぐにインカムマイクを注文しました。インカムマイクの使い方に慣れてはいなかったけど、その方が声がクリアに聞こえるからって言われて。だからもう「何でもいらいから意見ください!」って参加者の皆さんにお声がけて、見える見えない、声が聞こえる聞こえないとか、コミュニケーションはオンライン上で密に取りながらやっていた。  
ブラボー：一番苦戦したことは何でしたか？  
Chiaki：苦戦したのが、画面が映らない・声が聞こえないことが多々あったことですね。参加者の方の設定の問題などで、画面は見えるけど音声聞こえない場合は、ホワイトボードを使ったりしてやり取りしました。マンツーマンではない場合、その人に掛かりきりというわけにもいかなないので、繋げなかった方にはレッスンが終わってから「繋ぐ練習しませんか?」とフォローしたりして。ログインしているのに画面がずっと黒いままの方には、終わってから個別でLINEやチャットを使ってやり取りしてました。オンラインクラスを受けたいとトライしてくれた方には諦めず、百発百中で繋げていこうとしました。  
ブラボー：丁寧に対応されているんですね! 感動。  
Chiaki：通常のレッスンの時より頭使ったかも!(笑) 私自身がオンラインとかパソコンとか得意じゃないアナログ人間なので、こんなにパソコンの前に座ってたことあるかなっていうくらい頑張りました。ネットで情報収集したり仲間から聞いたりアドバイスをもらって。  
ブラボー：参加者の皆さんが受ける環境も様々ですね。  
Chiaki：皆さんがパソコンとスマホのどちらを使われているかもわかりづらい、画面や置く位置もバラバラだったので、そこも苦戦しましたね。私の方は自分の全身が入るように映すけど、動きながら画面を見れない方もいるので、指導は私のガイドだけで動けるような内容(なるべく座位のやさしいヨガ)をメインにしてみました。私が慣れてきたのもあって、仰向けになるよう指示したら、全員フレームアウトしちゃって!(笑) その時は自分のリアルのレッスンの生徒さんだけでレッスンに慣れていたから、ガイドだけでもやりやすそうだったんですけど、それからは問題なければ全体的に映してもらおうようお願いしてました。

スペシャルインタビューを  
もっと読みたい方はこちら!  
fitness music オフィシャルブログ



**藤井直子 さん**  
東京都を中心に活動中。スポーツクラブでの運動指導をはじめ、公民館で高齢者を対象とした脳と身体の運動教室や、介護予防運動指導員として自治体開催の教室も担当。



**木原啓貴 さん**  
株式会社peacewell 代表取締役。運動が苦手、きついという皆様の常識に待ったをかけるべく、フィットネスダンスを通して、運動の素晴らしさ、身体を動かすことの楽しさを伝え、だれでも楽しめる場づくり、企画を立案し開催している。



**Chiaki さん**  
富山県を拠点に活動中。2018年・2019年ヨガフェスタに講師として参加。身体を動かすことが好きなことから、ヨガに興味を持ち、その後、持ち前の身体能力と好奇心、探究心が生かせるヨガインストラクターを志す。



AEROBICS

商品番号：EFF6732

CD 価格：3,460円(税込)

収録時間：1枚組 64分

BPM ALL150

【ダウンロード価格】

3,040円(税込)

※複製許諾付き



AEROBICS

商品番号：EFF6742

CD 価格：3,460円(税込)

収録時間：1枚組 61分

BPM 136-160

【ダウンロード価格】

3,040円(税込)

※複製許諾付き



AEROBICS

商品番号：EFF6762

CD 価格：3,460円(税込)

収録時間：1枚組 61分

BPM ALL145

【ダウンロード価格】

3,040円(税込)

※複製許諾付き

## Girls On Fire

最高にカッコいい女性ボーカルばかりを集めたノリノリな1枚です!

ノリノリ カッコいい ゴージャス

マドンナ、カイリー・ミノグ、ジュニア・ロベス、マライア・キャリー、ピンク、リアーナ、シーア、レディー・ガガ、テイラー・スウィフト、セレーナ・ゴメス、ホールジュー、デュア・リパ、ビリー・アイリッシュ…と、インパクトがある女性アーティストばかりで最高だと思いませんか? 3曲目のTLC『クリープ』は、クールなT-ポズがメインボーカルを務め、初のビルボード1位を獲得したナンバーです。7曲目のアリシア・キーズ『ガール・オン・ファイア』は、内に秘めた何かを解き放つため“燃える女性”になったという、強い気持ちが伝わってくるナンバーです。9曲目のマライア・キャリー『エモーションズ』は、ギネス記録にもなった“ホイストルボイス”という超高音域が堪能できる曲として有名です。初めて聴いたときの衝撃は忘れません。12曲目は18歳という史上最年少で映画“007”シリーズの主題歌に起用された、ビリー・アイリッシュの『ノー・タイム・トゥ・ダイ』。彼女の快進撃はすごいですね。14曲目はマドンナの人気を不動のものにした大ヒットアルバム「ライク・ア・ヴァージン」に収録されている『マテリアル・ガール』。メロディーラインが印象的な1曲です。C-downはリゾの『グッド・アズ・ヘル』。彼女はとにかくポジティブ! 世界中でヘビロテされたナンバーで締めくくります。BPMは150均一で使いやすいですよ!

	BPM
01. Stupid Love	150
02. Break My Heart	150
03. Creep	150
04. Lose You To Love Me	150
05. Lover	150
06. Walk Me Home	150
07. Girl On Fire	150
08. Original	150
09. Emotions	150
10. Pon De Replay	150
11. Let's Get Loud	150
12. No Time To Die	150
13. You Should Be Sad	150
14. Material Girl	150
15. Got To Be Certain	150
16. Good As Hell [クールダウン]	98

## Top 20 Hi-Low 2

あの曲も! この曲も! なんだかワクワクしちゃう! 聴いたことのある懐かしい曲が盛りたくさん!!

懐かしい 元気が出る エアロマニア

近年、BPM150オーバーのCDが減っているような…。出た! と思ったらなかなかイメージに合わないなあ〜、という方も多いのでは? そんな皆様が「待ってました!!」となる1枚がこちら。懐メロ多めですが、今っぽいアレンジで新鮮味をプラス。さらに、何とも言えない絶妙な選曲・曲順! レッスンで使えば使うほど、それを体感してもらえます。3曲目は誰もが知っている2アンリミテッド『ノーマリット』。アレンジに感動! 懐かしいのに新しい、そんな印象です! 5曲目はヴェイレッジ・ピープルの大ヒット曲『ゴー・ウエスト』。これは元気出ますよ〜。馴染みの曲の安心感は楽しさを助長させます。来年に控えるオリンピックや、サッカーシーズンのネタにも使えるかも?! 6、7曲目はキレイなメロディーと明るい雰囲気のパランスがGOOD。11曲目は歌姫レディー・ガガ『パーフェクト・イリュージョン』。ピリッと締まる力強さがレッスンの中盤を盛り上げるのにピッタリ。終盤はハイインパクトパートで使いやすい曲調に。14曲目のキャシー・デニス『タッチ・ミー(オール・ナイト・ロング)』は、インパクトを上げていくのもってこい! 19曲目には、ノリノリなアレンジのクイーン『ドント・ストップ・ミー・ナウ』も。BPMは136〜160と緩やかに上昇するので、ピッチ調整もしやすいです。W-upからC-downまで通して使いたいと思えるCDは貴重ですよ!!

	BPM
01. If We Hold On Together	136
02. Hound Dog	137
03. No Limit	138
04. She Works Hard For The Money	139
05. Go West	140
06. Because You Loved Me	141
07. Dust In The Wind	142
08. Pretty Little Baby	143
09. Roll On Down The Highway	144
10. Cotton Eye Joe	145
11. Perfect Illusion	146
12. Baby I Love Your Way	148
13. Blinding Lights	149
14. Touch Me (All Night Long)	150
15. Dreamer	152
16. With Or Without You	154
17. Come Together	156
18. Intentions	158
19. Don't Stop Me Now	160
20. I Just Wanna Stop [クールダウン]	75

## Party On!

さあ、皆でパーティー会場ヘレッツゴー! 明るくノリノリなナンバーで楽しく踊りあかしましょう!!

ノリノリ 使いやすい 踊りたくなる

皆さんパーティーはお好きですか? パーティーと言えば、やっぱりお祭り番長ことピットブルですよ(笑)。『ドント・ストップ・ザ・パーティー-feat.TJR』でスタート。1曲目から気分は最高潮、自然と身体が動いてきます。2曲目はTikTokのダンス・チャレンジ動画として話題となった女性ラッパー、ドージャ・キャットの『セイ・ソー』。中盤、ラテンポップの女王、グロリア・エステファンで『ユール・ビー・マイン(パーティー・タイム)』、80年代大ヒット映画「フットルース」の主題歌、ケニー・ロギンスで『フットルース〜メインテーマ』、めっちゃイケのパロディー「めっちゃSTEPS」でも話題になった『5.6.7.8』と、懐かしいサウンドもずらり! 楽しい曲はいつの時代でも輝いてますね。9曲目には姉妹のように仲の良い2人、レディー・ガガがアリアナ・グランデとコラボした話題曲『レイン・オン・ミー』。12曲目、ガレッジセールゴリ扮するキャラクター、松浦ゴリエでも話題になった“世界で最も有名なチアリーディングの曲”でも知られるトニー・バジルの『ヘイ・ミック』、14曲目、独特のセンスで世界中のファンを虜にし続けるケイティ・ペリーのパーティーソング『ラスト・フライデー・ナイト(T.G.I.F.)』と、どこをとっても楽しさ満載のパーティーソングの詰め合わせ! エアロ、ステップはもちろん、ピッチ調整でいろいろな場面で使えます!

	BPM
01. Don't Stop The Party	145
02. Say So	145
03. Is This The Way To Amarillo	145
04. The Tide Is High	145
05. You'll Be Mine (Party Time)	145
06. Uptown Girl	145
07. Footloose	145
08. 5.6.7.8	145
09. Rain On Me	145
10. Intentions	145
11. Yeah	145
12. Hey Mickey	145
13. Sk8er Boi	145
14. Last Friday Night	145
15. Physical	145



MID-TEMPO

商品番号: IMWCW003

CD価格: 3,640円(税込)

収録時間: 1枚組 64分

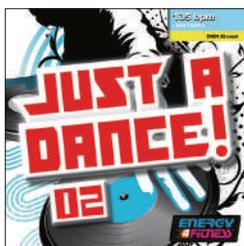
BPM ALL135

## What'cha Want 3

投票した人にも、しなかった人にもオススメしたい、まさに推薦盤!!

カッコいい セクシー 軽快なビート

リクエスト形式で募った曲を厳選してまとめたシリーズの第3弾! 今聴きたいあの曲、この曲にお応えした22曲はこちら!! 1曲目は、アース・ウィンド&ファイアーの名曲「セプテンバー」。ハイトーンが魅力的なツイーンボーカルと軽快なビートにウキウキしちゃいます♪2曲目は、バックストリート・ボーイズ「アイ・ウォント・イット・ザット・ウェイ」。4曲目は、レディー・ガガとアリアナ・グランデというビッグネームのコラボレーションで話題となった「レイン・オン・ミー」(今回の最多得票を獲得!)。7曲目はカイリー・ミノーグの「タイムボム」、8曲目はマドンナの「セレブレーション」と、ダンスジャンルでクールな2曲が続きます。さらに、ブルーノ・マーズの代表曲と言っても過言ではない「ジャスト・ザ・ウェイ・ユー・アー」が登場。EDM界の革命児とも言われるスクワッドによるリミックスでビルドアップ! 12曲目は、映画「コヨーテ・アグリ」のメインテーマとして、ヒットしたリアン・ライムス「キャン・ファイ・ザ・ムーンライト」。ピークタイムの20曲目には、ボン・ジョヴィの名曲「リヴィン・オン・ア・プレイヤー」のEDMリミックス! そして最後は、アヴィーチーの「ウェイティン・グ・フォー・ラヴ」。繊細なメロディーの中にも心が揺さぶられるような強さを感じながら、高揚感たっぷりのラストを。エアロ、ダンスエアロにオススメ。



MID-TEMPO

商品番号: EFF6752

CD価格: 3,460円(税込)

収録時間: 1枚組 61分

BPM ALL135

## Just A Dance! 2

今でも心弾む名曲が中心のこの1枚で、あっという間にダンスフロアに早変わり★

踊りたくなる 明るい ノリノリ

オープニング…筋トレといえどコレでしょ! ヴェレージ・ピープル「マッチョ・マン」。元気いっぱいにスタート♪続く2曲目は、ファンキーで渋いヒップホップ、シュガー・ヒル・ギャング「ラッパーズ・ディライト」。3曲目、日本のR&Bアーティストたちにも大きな影響を与えたジャネット・ジャクソン「リズム・ネイション」。中盤は、懐かしの豪華なダンスヒットのオンパレード! 6曲目にはモータウンを代表する女性グループ、シュープリームス「涙のお願い」。7曲目、ミュージカル「マン・ミーア」の挿入歌、アバ「ヴーレ・ヴー」は時を経て素敵。そして8曲目、ディスコブームの火付け役として有名なシック「おしゃべりフリーク」が! 自然とリズムを刻みたくくなります。9曲目、日本では“ディスチャ”の愛称でも親しまれたディスティニーズ・チャイルド「インディペンデント・ウーマン Part1」。11曲目、世界中にセンセーションを巻き起こした2アンリミテッド「ゲット・レディ・フォー・ディス」は盛り上がること間違いなし! 14曲目は「シェイク・ユア・ヒップ、シェイク・ユア・ヒップ」と歌って踊れるスクーター「シェイク・ザット」。締めくくりは、肩の力が抜けた感じのボーカルがイケてるリル・ナズ・X「パニーニ」と、踊らずにはいられない曲がずらり。盛り上がりたいたい時のお守りの存在として1枚持っておくべきですよ!

【ダウンロード価格】

3,040円(税込)

※複製許諾付き



MID-TEMPO

商品番号: EFF6782

CD価格: 3,460円(税込)

収録時間: 1枚組 60分

BPM ALL135

## Tribute To The Best Soundtracks Of All Time 3

さあ、映画の筋シーンを思い出しつつ進めてまいりましょ〜♪今作はディズニー映画多めです♪

ルーキーイストラOK ポジティブ 子供が喜ぶ

トム・ハンクス主演の映画「フォレスト・ガンプ」より、エルヴィス・プレスリー「ハウンド・ドッグ」でスタートする人気映画音楽シリーズ第3弾! 2曲目は、主演トム・クルーズのMA-1(ジャケット)やレイバンのサンダース等、当時の若者文化に大きな影響を与えたという「トップガン」より「愛は吐息のように」。スタートから名画が登場、軽快にW-upが出来るエネルギーな曲が続きます。4曲目は盛り上がりの第1の波となるでしょう。映画「ザ・ブルー・ブラザーズ」よりアレサ・フランクリン「シンク」。最近ではローラ出演のお酒のCMにも使われていましたね。10曲目はディズニー映画「ターザン」より、フィル・コリンズ「ストレンジジャズ・ライク・ミー」。さらに12曲目は「ボカホントス」より「カラース・オブ・ザ・ワールド」、16曲目には「ヘラクレス」より「ゴ・ザ・ディスタンス」、18曲目には「アナと雪の女王2」より「イントゥ・ジ・アン・ウン〜心のままに」と、ディズニーの大ヒット映画を彩ったナンバーが次々登場して元気と笑顔を与えてくれます! 19曲目は不朽の名作「ボディガード」より、(自身が主演の)ホイットニー・ヒューストン「オールウェイズ・ラヴ・ユー」。ラストの滑走路でのあの胸アツシーンを思い出しながら完全燃焼しちゃってください! BPMは135均一、いろんなクラスで活躍してくれるでしょう。

【ダウンロード価格】

3,040円(税込)

※複製許諾付き

BPM

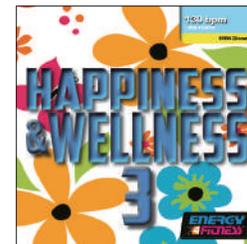
01. September	135
02. I Want It That Way	135
03. Someone You Loved	135
04. Rain On Me	135
05. Havana	135
06. bad guy	135
07. Timebomb	135
08. Celebration	135
09. Just The Way You Are	135
10. You'll Be Mine	135
11. Señorita	135
12. Can't Fight The Moonlight	135
13. Déjà Vu	135
14. 7 Rings	135
15. Kings & Queens	135
16. Never Really Over	135
17. Perfect Strangers	135
18. Let's Go	135
19. Time After Time	135
20. Livin' On A Prayer	135
21. Waiting For Love	135
22. Stuck With U [クールダウン]	120

BPM

01. Macho Man	135
02. Rapper's Delight	135
03. Rhythm Nation	135
04. Come On And Do It	135
05. Praise You	135
06. Back In My Arms Again	135
07. Voulez-Vous	135
08. Le Freak	135
09. Independent Woman	135
10. Broken Arrows	135
11. Get Ready For This	135
12. Get Up! (Before The Night Is Over)	135
13. You Gotta Fight For Your Right	135
14. Shake That	135
15. Panini	135

BPM

01. Hound Dog	135
02. Take My Breath Away	135
03. Let The Sunshine In	135
04. Think	135
05. Krazy	135
06. Voulez-Vous	135
07. Lady Marmalade	135
08. Be My Baby	135
09. When Doves Cry	135
10. Strangers Like Me	135
11. Perfect Day	135
12. Colors Of The Wind	135
13. When You Believe	135
14. Original	135
15. You Can't Stop The Girl	135
16. Go The Distance	135
17. Never Ending Story	135
18. Into The Unknown	135
19. I Will Always Love You	135
20. Best Day	135



STEP

商品番号: EFF6712

CD価格: 3,460円(税込)

収録時間: 1枚組 64分

BPM ALL130

【ダウンロード価格】

3,040円(税込)

※複製許諾付き

## Happiness & Wellness 3

どんなクラスも明るく楽しい雰囲気にも含まれること間違いなし!!

元気が出る 使いやすい エアロビギナー

始まりは80年代の大ヒット曲! 全米No.1を獲得したジャネット・ジャクソン「エスカパド」から爽やかにスタート。4曲目は70年代よりフリーウッド・マック「ドントストップ」。元アメリカ大統領ビル・クリントンのテーマ曲としても有名ですね。原曲とはまた違うクールなアレンジにも注目! 7曲目は、ヴェレージ・ガールズが2019年にリリースした「グレイト・ソング・オブ・インディファレンス」。ボブ・ゲルドフ(1990年リリース)のカントリー調の曲を現代風にミックス! 続いて、90年代よりJ.ガイズ・バンド「墮ちた天使」。ビールのCM曲としても馴染み。つい、ラララ…と口ずさんでしまうかも。そしてテンションが上がってきたところで、スパイス・ガールズのデビュー曲「ワナビ」が登場。10曲目以降は縦ノリから横ノリへ。50年代よりベリー・コモの「パパはマンボがお好き」。世代を超えて、今でも車のCMなどに使われるオシャレなスタンダードナンバーです。さらに、ピースフルな雰囲気にも含まれる世界の遊び歌「あたま、かた、ひざ、あし」も。クライマックスを迎えた14曲目は、映画「リロ&スティッチ」の主題歌「アロハ・エ・コモ・マイ」。ハッピーなハワイアンミュージックで、クラスの一体感を作り、楽しもう! C-downはカルチャー・クラブ「カーマは気まぐれ」。最後まで老若男女みんなが心踊るノリノリ1枚です。



MID-TEMPO

商品番号: IMDNC018

CD価格: 3,640円(税込)

収録時間: 1枚組 60分

BPM 135-145

## Dance Battle 02 - Avicii & Friends

アヴィーチーの世界を堪能! 美しく豊かなメロディー&amp;高揚感溢れるエレクトロの最骨頂をあなたに!

カッコいい ノリノリ クラブ系

1曲目は、ブラジルW杯(2014年)のオフィシャルアンセム「ダール・ウン・ジェイト(ウィー・ウィル・ファインド・ア・ウェイ)」の血湧き肉躍るコーラスからスタート。2曲目は、ダフト・パンクの「ディレズド」をリミックスした近未来ミュージック。ザ・カットの「ベター・デイズ」をリミックスした3曲目は、ボーカルなしのナンバー。5曲目の「ビューティフル・ハートビート」は、美メロエレクトロでEDMの最骨頂。6曲目、フロー・ライダー「今夜もグッド☆フィリング」は、アヴィーチーの「レヴェルズ」をサンプリングした聴き覚えのある曲。7曲目は「アヴィーチーと言えば」の「ウェイク・ミー・アップ」。アロー・ブラックの出世作にもなった男臭い「らしさ」がある曲です。アロー・ブラックと言えば、アヴィーチーが2018年に亡くなった後に見つけた手記に「彼とまた共演したい」と遺っていたことから、馴染みのプロデューサーが彼を呼び、遺作の13曲目「SOS」を完成させようという逸話があります。11曲目、コールドプレイの代表曲「アスカイ・フル・オブ・スターズ」は、メロウなボーカルにエレクトロ口なリズムがマッチしています。12曲目、マドンナとコラボしたVer.の「ガール・ゴーン・ワイルド」は、2012年のリリース。マドンナがエレクトロ・ポップに挑戦する転機となった曲です。BPMは135~145まで緩やかに上がります。



MID-TEMPO

商品番号: MX22007

CD価格: 3,640円(税込)

収録時間: 1枚組 74分

BPM 128-135

## Summer 2020 Chartmix

カッコイイ演出をしたい方には特にオススメな、2020年のヒットソングが詰まった1枚!

カッコいい ヤングが喜ぶ クラブ系

このCDは、前半が明るく爽やか、後半が低音の効いたノリの良い曲が多くなっていて、色々な演出が出来そうですよ! 何度も何度も使いたくなるような、センスの良い選曲に注目! まず1曲目はケイト・ライアンの「ホリデイ」からスタート! 1983年にマドンナがリリースした楽曲のカバーが2020年に登場! 馴染みのある曲で、参加者の心をほぐします♪2曲目は、人気DJ ジョナス・ブルーと実力派シンガー・ソングライター・マックスによる「ネイキッド」。爽やかな音楽で気持ち良くW-upが出来ます! 7曲目は、こちらも人気グループのブラック・アイド・ピース「ママー・タ feat.オズナ&J.レイ・ソウル」。途中で入る「ママー・タ」のアクセントが良いです! レディー・ガガとアリアナ・グランデの「レイン・オン・ミー」が11曲目に登場! 女性人気お笑い芸人による、本人公認のパロディMVのクオリティーが高過ぎて、日本でも話題になりました! ここまでは明るくノリの良い曲が多いですが、12曲目からは低音の効いたカッコイイ曲たちに変わります! 16曲目のトピック&A7Sの「プレイキング・ミー(マイク・ウィリアムス・リミックス)」と、20曲目のジョエル・コリーの「ソーリー」は、ファイナルソングにもあり、特にオススメ☆使い勝手が良く、夏が終わっても使い続けたい「買い」なCDです!

BPM

01. Escapade	130
02. Duppy Huppy	130
03. Pop Musik	130
04. Don't Stop	130
05. Fashion Killa (PaPaPaPa)	130
06. Push The Botton	130
07. The Great Song Of Indifference	130
08. Centerfold	130
09. Wannabe	130
10. Papa Loves Mambo	130
11. Head Shoulders Knees And Toes	130
12. Just Like Paradise	130
13. Get Somebody To Love	130
14. Aloha E Komo Mai	130
15. hot girl bummer	130
16. Karma Chameleon [クールダウン]	94

BPM

01. Dar Um Jeito (We Will Find A Way)	135
02. Derezzed	136
03. Better Days	137
04. Collide	138
05. Beautiful Heartbeat	139
06. Good Feeling	140
07. Wake Me Up	140
08. I Like It	141
09. Without You	141
10. New New New	142
11. A Sky Full Of Stars	143
12. Girl Gone Wild	143
13. SOS	144
14. Heaven	145
15. Dreamer 2009	145
16. Divine Sorrow [クールダウン]	126

BPM

01. Holiday	128
02. Naked	128
03. Head & Heart	129
04. Heaven On My Mind	129
05. Alane	130
06. Push It Right	130
07. MAMACITA	131
08. Sun Is Shining	131
09. All I Wanna Do	132
10. The Weekend	132
11. Rain On Me	132
12. I Like It	133
13. Let Me Love You For Tonight	133
14. Secrets	133
15. Cruel Summer	134
16. Breaking Me [ファイナルトラック]	134
17. Daisies	134
18. i!y (i love you baby)	135
19. When Love Takes Over	135
20. Sorry	135
21. Sun Is Shining [ファイナルトラック]	135
22. Breaking Me [ファイナルトラック]	135
23. Sorry [ファイナルトラック]	135
24. What's Love Got To Do With It [クールダウン]	105
25. UN DIA (ONE DAY) [クールダウン]	83



J-POP

商品番号: JDME2163

CD 価格: 3,360円(税込)

収録時間: 1枚組 79分

BPM ALL130

## J-POP SUPER BEST 30

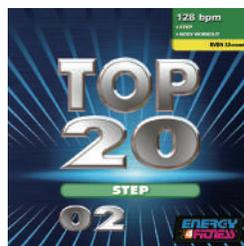
これぞJ-POP!! 待望のBEST盤がついに完成!!!

元気が出る ノリノリ

【このCDを監修された森裕美さんからのコメントです】

前半は、歌番組が充実していた80年代の大ヒット曲『CAT'S EYE』『メリーアン』『フレンズ』等、誰もが知っている名曲のオンパレード! 中盤は『DIAMONDS(ダイヤモンド)』『ラブ・ストーリーは突然に』『世界中の誰よりきっと』等、CMやTVドラマの主題歌で起用されたお馴染みの曲が続き、終盤は21曲目『TRY ME~私を信じて~』、そして22曲目からの小室哲哉作品4曲メドレーでスプラッシュ感アップ! モニターレッスンでは、特に40~50代、そしてアクティブシニアの方々へご自身の青春を思い出すかのように、一緒に口ずさんでましたよ! 私もその1人! 1曲1曲にまつわる思い出がよぎり、懐かしすぎて仕事になりません!! 全30曲収録でどの曲から始めてもクラスを盛り上げてくれるはずですよ!!

	BPM		BPM		BPM
01. CAT'S EYE	130	11. SHOW ME	130	21. TRY ME ~私を信じて~	130
02. メリーアン	130	12. DIAMONDS(ダイヤモンド)	130	22. Overnight Sensation	130
03. 翼の折れたエンジェル	130	13. 淋しい熱帯魚	130	~時代はあなたに委ねてる~	130
04. 元気を出して	130	14. 愛は勝つ	130	23. SWEET PAIN	130
05. ff(フォルティシモ)	130	15. 私がオバさんになっても	130	24. Body Feels EXIT	130
06. ダンシング・ヒーロー	130	16. ラブ・ストーリーは突然に	130	25. I'm proud	130
(Eat You Up)	130	17. 世界中の誰よりきっと	130	26. HIGH PRESSURE	130
07. フレンズ	130	18. どんなどきも。	130	27. 恋心	130
08. My Revolution	130	19. 残酷な天使のテーゼ	130	28. 出逢った頃のように	130
09. CHA-CHA-CHA	130	20. ガッツだぜ!!	130	29. Timing ~タイミング~	130
10. Hold On Me	130			30. Baby Don't Cry	130



STEP

商品番号: EFF6772

CD 価格: 3,460円(税込)

収録時間: 1枚組 60分

BPM ALL128

【ダウンロード価格】

3,040円(税込)

※複製許諾付き

## Top 20 Step 2

じゃじゃーん♪ 懐かしのヒット曲から最新ヒットチューンがドドンと20曲!

カッコいい ポジティブ 使いやすい

コロナ『ベイビー・ベイビー』からスタート。続いて、レディー・ガガ『パーフェクト・イリュージョン』。この曲を聴いただけでワクワク♪3曲目には映画『バックトゥーザ・フューチャー』のテーマ曲、ヒューイ・ルイス&ザ・ニュース『パワー・オブ・ラヴ』が。4曲目のLMFAO『パーティー・ロック・アンセムfeat. ローレン・ベネット&グリーンロック』は世界中のパリピの定番曲!? (笑)5曲目のマルーン5『ムーブス・ライク・ジャガーfeat. クリスティナ・アレギラ』は目下サプラなエレクトロポップでありながら、なぜか懐かしさも感じられる曲です。7曲目は世界中のダンスフロアにセンサーションを巻き起こしたロビン・S『ショウ・ミー・ラヴ』。続く8曲目には、1966年No.1ヒットとなったダイアナ・ロス率いるシュプリームス『恋はおしまい』。サイケデリックなサウンドが印象的です。中盤10曲目の『ビリー・ジーン』はマイケル・ジャクソンの超有名なダンス・ポップ。後半戦、レディー・ガガ『ステューピッド・ラヴ』、エド・シーラン『シェイク・オブ・ユー』等、近年のヒット曲が続くかと思いきや、ジャクソン・シスターズやアレサ・フランクリンなどの往年のスターも登場し、盛り上がる、盛り上がる! ラストはワンオクTakaがカバーして日本で人気が再燃、アデル『ハロー』。幅広い世代にウケそうな1枚ですよ~♪

	BPM
01. Baby Baby	128
02. Perfect Illusion	128
03. Power Of Love	128
04. Party Rock Anthem	128
05. Moves Like Jagger	128
06. Perfect	128
07. Show Me Love	128
08. You Keep Me Hangin' On	128
09. Delight (Good Times)	128
10. Billie Jean	128
11. Better Days	128
12. Stupid Love	128
13. Stitches	128
14. Shape Of You	128
15. Call Me Maybe	128
16. I Believe In Miracles	128
17. I'm Every Woman	128
18. He's The Greatest Dancer	128
19. Deeper And Deeper	128
20. Hello	128

## Senior Summer Party

楽しんでもの勝ち! 夏のパーティーにピッタリのゴキゲンでファンキーなナンバーがたーくさん♪

元気が出る ポジティブ 明るい

「ウィ・モウ・モウ・モウエ♪」と一度聴いたら離れないユニークなコーラスの『ライオンは寝ている』。野性的な感覚を満喫できるナンバーでスタート! 4曲目、当時流行っていたディスコサウンドにアレンジして大ヒットしたボニーMの『サニー』。さらに、ビールが飲みたくなる!? 『夢みるNo.1』と続きます。ビーチを感じさせるアレンジで気分もピュ〜んと急上昇〜♪6曲目、アップテンポなリズムと、魂をも震わすビートに乗せた摩訶不思議なマンディンカ語の歌詞が絶妙にマッチング!! な『エケ・エケ』や、グロリア・エステファンが情熱的なボーカルに魅了される『コンガ』でも南国ムードMAX! 滑らかで独特な歌声が人々の心を掴んでやまないレゲエ界のレジェンド、ボブ・マーリーも8曲目に登場。11曲目はアフリカの大地のように広大なメッセージを歌う『ワカ・ワカ(ディス・タイム・フォー・アフリカ)』。15曲目、な〜んか不思議なリズムで耳に残るのは、イタリアの第二の国歌とも言われる『アズーロ』。19曲目はファレル・ウィリアムスのあのパワーソング『ハッピー』。エッジの効いたアレンジが超イケてる! クールダウントラック2曲付きでお得気分。タイトルに“シニア”とありますが、幅広い世代を笑顔にさせてくれますよ。さあ、みんなが楽しめちゃうモチベーションアップソングで暑いワークアウトを!

	BPM
01. Intro	-
02. The Lion Sleeps Tonight (Wimoweh)	128
03. I Go To Rio	128
04. Sunny	128
05. The Tide Is High (Get The Feeling)	128
06. Yeke Yeke	128
07. Conga	128
08. Sun Is Shining	128
09. Down Under	128
10. Holiday	128
11. Waka Waka (This Time For Africa)	128
12. Nah Neh Nah	128
13. Relax, Take It Easy	128
14. Like Ice In The Sunshine	128
15. Azzurro	128
16. Hula Hoop	128
17. Summer Son	128
18. Cruel Summer	128
19. Happy	128
20. Summer Dreamin' [クールダウン]	89
21. Careless Whisper [クールダウン]	76



SENIOR

商品番号: MY13209

CD 価格: 3,640円(税込)

収録時間: 1枚組 71分

BPM ALL128



AEROBICS

商品番号: MTX0482

CD 価格: 4,570円(税込)

収録時間: 3枚組 180分

速い ポジティブ

重低音ビート

【ダウンロード価格】

4,160円(税込)

※複製許諾付き

CD 1	BPM	CD 2	BPM	CD 3	BPM
※CD3の15曲目 [Red Cherries] (クールダウン)の 2:03は、原曲を活かしたアレンジにつき無音となりますが、音飛びではありません。					
01. Something Unreal	136	01. Live Your Story	138	01. Baby Baby	136
02. Limitless	137	02. Make Me Lose Control	140	02. Footloose	138
03. Better Days	138	03. Copacabana	141	03. I Will Always Love You	140
04. Can't Help Me Now	139	04. 1,2,3,4,Gimme Some More	142	04. Somewhere Over The Rainbow	142
05. I Really Wish I Hated You	140	05. Mamma Mia	143	05. It's Like That	144
06. Shake It	141	06. Another Saturday Night	144	06. I Hate Myself For Loving You	146
07. Rise Up	142	07. Because You Loved Me	146	07. To Be With You	148
08. Physical	143	08. Don't You Want Me	148	08. Highway To Hell	150
09. When You Believe	144	09. Free Fallin'	150	09. Give Me All Your Lovin'	151
10. Toosie Slide	145	10. Legendary	152	10. Don't Take Away The Music	152
11. Blinding Lights	146	11. Smiling On The Surface	154	11. She Works Hard For The Money	153
12. Rhythm Of The Night	147	12. Glory	156	12. Darkside	154
13. You Ain't Ready	148	13. Stand Up (For The Champions)	158	13. When The Heartache Has Gone	156
14. Legendary	150	14. Finish Line	160	14. Say My Name	158
15. Me Moire [クールダウン]	92	15. Valentine [クールダウン]	60	15. Red Cherries [クールダウン]	70



STEP

商品番号: MTX0472

CD 価格: 4,570円(税込)

収録時間: 3枚組 175分

カッコいい 踊りたくなる

クラブ系

【ダウンロード価格】

4,160円(税込)

※複製許諾付き

CD 1	BPM	CD 2	BPM	CD 3	BPM
01. Blinding Lights	128	01. Cuz I Love You	128	01. Jambo Funkey	132
02. In Your Eyes	128	02. Roses	128	02. (I Just) Died In Your Arms	132
03. I'm Ready	128	03. No Time To Die	128	03. MAMACITA	132
04. Rain On Me	128	04. Mistakes	129	04. El Bombo	132
05. The Bones	128	05. Know Your Worth	129	05. Free	132
06. House Party	128	06. Feel Me	130	06. Fiesta Loca	132
07. Don't Start Now	128	07. Genetics	130	07. Shaki Shaki	132
08. Falling	128	08. Like A Virgin	131	08. Carnaval	132
09. Wish You Well	128	09. Make You Mine	131	09. Cada Vez	132
10. Intentions	128	10. Original	132	10. Cream 2K19	132
11. Let It Be Me	128	11. Raising Hell	132	11. De Puta Madre	132
12. Stupid Love	128	12. Gaslighter	133	12. Ibiza	132
13. Kings & Queens	128	13. Further Up (Na,Na,Na,Na,Na)	133	13. Saxophone	132
14. Heartless	128	14. Say So	134	14. How Gee (The Gee)	132
15. Hang On	128	15. The Other Side	134	15. Follow My Pamp	132

## Aerobics Quarterly 23

闘志を燃やせ! ポジティブでテンポ良く、押しの強いサウンドで楽しく、情熱的なレッスンを!!

CD1: 60分: BPM136-150

Disc1は最近の曲が多め。まずは一瞬でレッスンモードに切り替えてくれる、ザ・スクリプトの『サムシング・アンリアル』からスタート。続いて、ボン・ジョヴィ『リミットレス』は、熱い思いが伝わってくるアップビートな1曲。8曲目は、じわじわとやる気が漲ってくるデュア・リパ『フィヨカル』。10&11曲目にはTikTokで話題になった曲が登場。ラスト2曲は後半の疲れも吹き飛ばしてくれるような勢いのあるハードロックで締めくくり。力強いロックと、押しの強い話題曲のMixで疾走感ある1枚です。

CD2: 60分: BPM138-160

エネルギーが沸き上がってくるDisc2。1曲目は、明るく、ポジティブなディズニープリンセスの新テーマソングで、力強いスタート。続いて『メイク・ミールズ・コントロール』、ノリノリになれる『コパカバーナ』『1.2.3.4.ギミー・サム・モア』、カッコ良さ増し増しの『マンマ・ミーア』等、ウキウキ感のある懐かしいナンバーが次々登場! 10曲目からは、重低音が効いた刺激的なロックが続き、レッスンを引っ張ってくれます。13曲目には元気が出る曲『スタンド・アップ』が! 走りたくなるハイローエアロのクラスにオススメです。

CD3: 60分: BPM136-158

パワフルながらも爽やかさがあるDisc3。最初から盛り上げてくれます! 2曲目は80年代の大ヒット映画『フットルース』の主題歌や、「ボディガード」「オズの魔法使」と名作映画で使用された曲が連続で登場。中盤はガツンとくるロックを軽快なアレンジにした『いけないアナタ』『トゥーピー・ウィズ・ユー』『地獄のハイウェイ』が盛り上げます。後半は、10&11曲目のディスコミュージックからの、気持ちを奮い立たせてくれるロック3連チャンでフィニッシュ! ロックが多めなので、エアロだけでなく、格闘技系エクササイズにも。

## Step Quarterly 23

三者三様のテイストを楽しめる! 魅力的な音楽を堪能できる3枚組。

CD1: 60分: BPM ALL128

レトロなシンセポップが際立つ『ブライディング・ライツ』で軽快なスタート。3曲目の『アイム・レディ』は壮大な展開でパワーが湧いてきます。その後も続々と最新曲が並びます。10曲目からは『インテンションズ』『レット・イット・ビー・ミー』と温かみのある曲が続き、終盤もレディー・ガガ『ステューピッド・ラヴ』、エイバ・マックス『キングス&クイーンズ』と“今”のヒットチューンを楽しめる1枚に。ステップはもちろんダンスエアロにもピッタリです。

CD2: 59分: BPM128-134

リゾ『コズ・アイ・ラヴ・ユー』の力強いアレンジをはじめ、黙々と打ち込めるナンバーが序盤を固めます。8曲目、マドンナ『ライク・ア・ヴァージン』の超Coolなリミックスは現場で使いたくなる1曲。13曲目の90年代レゲエチューンをサンプリングした『ファーザー・アップ』も、ビットブルの手に掛ければテンションMAX! そして『セイ・ソー』『ジ・アザー・サイド』と大人っぽくフィニッシュ。BPMは128から134に上昇。全体的に明るさは控えめで、カッコよく進めたいクラスにおすすめです。

CD3: 56分: BPM ALL132

前半はラテン、トライバルを満喫! 『ジャンボ・ファンキー』はW-upにピッタリ。4曲目の『エル・ボンボ』では民族的なリズムにテクノがプラス。『フィエスタ・ロカ』から徐々にハウス感が増加。『カルナバル』で民族楽器とテクノハウスの相乗効果により勢いにつき、9曲目にはアーバンハウスへと移り変わります。ラストに向けて懐かしのフレーズがサンプリングされた曲が垣間見え、半端ないクラブ感! 通しでも、曲のジャンル別に前半・後半で使ってもOK。使い方次第で限りなく楽しめます!



CONDITIONING

商品番号：IMPIL007  
CD価格：3,640円(税込)  
収録時間：1枚組 60分

BPM ALL100

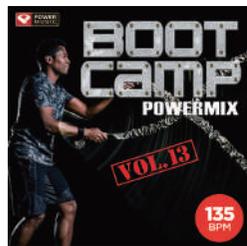
## Body Moves 7

スタイリッシュにアレンジされた話題の最新ナンバーでポディーワークに集中!

ポジティブ 軽快なビート

1曲目は歌手・女優のみならずマルチな才能を発揮しているジェニファー・ロベスのファーストシングルでもあり、全米NO.1にもなった『イフ・ユー・ハッド・マイ・ラブ』。美しい彼女を目指してレッスンスター。3曲目はリリース前にネット上にリークされ、TikTokで大流行! してしまったリル・モジーの『ブルーベリー・フェイス』。5曲目は「大丈夫、きつともうよくよ」と前向きな思いが込められた『ジ・アザー・サイド』。6曲目はソウルフルなグルーブ感がとつても心地よい、チャーリー・プースの『ガールフレンド』。個人的にここからがお気に入り♡9曲目はエンディングテーマが名曲揃いと有名な「ザ! 世界仰天ニュース」で2020年7月から起用されている、シアの『トゥゲザー』。続いて、覆面DJマッシュメロとホールジーのコラボ曲『ビー・カインド』。解放感溢れる爽やかなサウンドで、身体の奥からパワーが漲ってきます。11曲目は『ドント・クライ・フォー・ミー』。タイトル通りの力強いメッセージは、ウィズコロナ時代にピッタリのファイトソング♪さらに、めっちゃめっちゃオシャレなデュアリバの『レヴィティイティング』や、「たとえマスクの下でもみんな笑顔になって欲しい」と作られた、ケイティ・ペリーの『スマイル』と、ステキなナンバーが続きます。ビートも適度に効いているので、様々なエクササイズに使うことができますよ〜

	BPM
01. If You Had My Love	100
02. Go Crazy	100
03. Blueberry Faygo	100
04. Nice To Meet Ya	100
05. The Other Side	100
06. Girlfriend	100
07. Pony	100
08. In Your Eyes	100
09. Together	100
10. Be Kind	100
11. Don't Cry For Me	100
12. Soulmate	100
13. Levitating	100
14. Smile	100
15. Calling On Me	100



KICKBOX

商品番号：30682  
収録時間：1枚組 60分

BPM ALL135

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## Bootcamp PowerMix Vol. 13 [ダウンロード限定商品]※

自分の世界に入り込んで集中&没頭できる!

重低音ビート カッコいい 押しが強い

スタートはレディー・ガガとアリアナ・グランデ『レイン・オン・ミー』。エネルギッシュな歌声に重低音ビートが加わり、1曲目からギア全開! 2曲目はミーガン・ジー・スタリオンとピヨンの夢のコラボが実現した『サヴェージ』。畳みかけるようなラップとアレンジにやる気が上昇! もうカッコすぎ! 4曲目はリゾがミッシェル・エリオットとタッグを組んだ『テンポ』。クールなラップとポジティブさを感じるテンポよいリズムに、ガンガン動きたくくなります。さらに熱気はどんどんヒートアップ! 単調でありながらも、刺激的で押しが強く、もっともっと負荷をかけていきたい2曲が続き、7曲目にはSNSから爆発的に話題となった新進ラッパー、ロディ・リッチの大ヒット曲『ザ・ボックス』が登場。9曲目はハンズクラブが印象的な『パンプ・イット・アップ』。パンプアップというタイトル通り、理想のポディーを手に入れるべく、気合を入れて後半も頑張っていきたい! 11曲目はノリよく、キャッチーなAJR『バンゲ!』。クセになるメロディーも相まってテンションが上がります。ラストは昨年の発売からロングヒット中のブラックペアー『ホット・ガール・パマー』。グルーヴィーで勢いのある仕上がりに。爽やかな汗を流しながら、最後まで突っ走ってください! 格闘技系や筋トレはもちろん、スカッとしたレッスンにぜひ!

	BPM
01. Rain On Me	135
02. Savage Remix	135
03. Blackout	135
04. Tempo	135
05. GDFR	135
06. Vegas	135
07. The Box	135
08. At My Best	135
09. Pump It Up	135
10. Try	135
11. Bang!	135
12. hot girl bummer	135

※オンラインストアからのご注文  
いただけます。CDのお届けはありません。  
お客様自身でPC、タブレットから音源データ  
をダウンロードしていただく商品です。  
※FAX・ハガキでのご注文の場合、ダウンロード商品は  
キャンセルとさせていただきます。それに伴い送料が  
発生する場合もございますので、予めご了承ください。



商品番号：Y0236  
商品価格：2,530円(税込)

【著者】ラレル・イサコウィツ／  
カレン・クリッピンジャー  
【監修者】中村尚人 【訳者】東出顕子  
【判型】B5変型(253×178mm)  
／272ページ

## 最新 ピラティスアナトミ

見事な解剖学的イラスト付きの46種類のピラティスエクササイズを紹介。  
私たちを更なる深みへと到達させてくれます。

『最新 ピラティスアナトミ』は、詳細な解説とステップごとの説明、見事な解剖学的イラスト付きの46種類のエクササイズによって、特定の筋肉のストレッチ、強化、精密なコーディネーションを探究できるようになっています。本書は、どの筋肉が作用しているか、呼吸・アライメント・動きが根本的にどうつながっているか確認しながら、体を引き締め、コアを安定させ、バランスを改善し、柔軟性を高めるエクササイズに取り組むことができるよう設計されています。各エクササイズの「エクササイズのパーソナライズ」セクションを活用すれば、自分の目的やレベルに合わせて調整でき、ワークアウトのカスタマイズが可能に。モディフィケーションによって難易度を下げれば誰にでもこなしやすいエクササイズになり、バリエーションやプログレーションを選択すれば高度なエクササイズ要素が加味されます。ピラティスの美と恩恵を探究しはじめたばかりの人にとっても、何年もピラティスを続けてきた人にとっても、本書はほかに類を見ない情報源であると確信できます。



AEROBICS

商品番号：EFF6722  
CD価格：3,460円(税込)  
収録時間：1枚組 64分

BPM 140-160

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## Happy Fitness 29 Pure Hi-Energy

レッスンを最高に盛り上げる! ノリノリ×カッコいい⇒最高にHAPPY♪

元気が出る ノリノリ 使いやすい

HAPPY FITNESSファンの皆様、大変お待たせいたしました。最新作も楽しさ満載、みんなを元気づけてくれる曲がギュッと詰まっています! アメリカのドゥーワップ(R&Bのコーラスの一種)のグループ、マーセルスがカバーして有名になった『ブルー・ムーン』でスタート。1曲目からもうノリノリ!(笑)さらに、2曲目にはUKダンス・ロック・ユニット、リパブリカ『レディ・トゥー・ゴー』と続き、前半戦からハイテンションに! 4曲目のレディー・ガガ『ステューピッド・ラヴ』は、ガガ様の代名詞とも言えるダンス・ポップを堪能できます。中盤7曲目はお祭り番長ピットブル『ゲット・レディfeat.ブレイク・シェルトン』、9曲目はディスコ・ミュージックを世界的現象にしたドナ・サマー『ラスト・ダンス』、10曲目は「タイタニック愛のテーマ」でもお馴染みのセリヌ・ディオン『ビコズ・ユー・ラヴド・ミー』と、重鎮アーティストもズラリ勢ぞろい! 終盤も豪華★日本でも「怪傑ラスプーチン」で有名となったボニー・M『ペインター・マン』が14曲目に登場。ラストは、イントロに合わせてダンスを披露するエアロピチャレンジがSNSで世界的に流行したことで話題を集めた、ザ・ウィークエンド『ブライディング・ライツ』で締めくくります! BPMは140~160。ハイローエアロの楽しさを倍増してくれる今作も、あなたの期待を裏切りません!!

	BPM
01. Blue Moon	140
02. Ready To Go	142
03. You Should Be Sad	144
04. Stupid Love	146
05. Make Me Lose Control	148
06. Cinderella	150
07. Get Ready	152
08. What A Man Gotta Do	154
09. Last Dance	156
10. Because You Loved Me	158
11. Surrender	159
12. Spaceman	160
13. Night Fly	160
14. Painter Man	160
15. Blinding Lights	160
16. Original [クールダウン]	96



AEROBICS

商品番号：EFF6662  
CD価格：3,460円(税込)  
収録時間：1枚組 63分

BPM ALL145

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## Long Hot Summer 2

ノリノリで軽快なナンバーで楽しくダンシング!!

ノリノリ 使いやすい 明るい

夏の匂い満載のナンバーを集めた待望の第2弾! 1曲目はキャプテン・ジャックらしいアッパーなナンバー『ビープル・ライク・トゥー・パーティー』。オープニングからパーティー気分MAX! 2曲目はルイス・フォンシ&ステファノ・ドン『カリブ』。アップテンポなアレンジでGOOD。3曲目はピットブルの陽気なナンバー『フリー・フリー・フリーfeat.セロン・セロン』、日本でも多くカバーされたコニー・フランシスの夏の定番ソング『ヴァケーション』と続きます。中盤はエスクラブ・セヴンの代表曲『フリンギング・イット・オール・バック〜飛び出せ青春!! 男女7人夢物語』、「クイーン・オブ・ポップ」ことケイティ・ペリー『カリフォルニア・ガールズfeat.スヌープ・ドッグ』と、ビートがしっかりと効いた明るいナンバーでノリも最高潮に。10曲目にはディズニ映画「リトル・マーメイド」のために作られた『アンダー・ザ・シー』が登場し、後半もトロピカルサウンドでイケイケです! ラストはブラジル音楽界の至宝、マルコス・ヴァーリ『バトゥカーダ』。アップテンポにアレンジされたボサノヴァがクールに締めくくります。ラジオから流れてくる感覚で、聴いていても飽きがこないで、レッスンはもとより、ドライブにもオススメ! BPMは145均一。ピッチ調整をすれば、色々な使い方が出来て、レッスンの幅も広がりますよ! しかも嬉しいC-down付き!!

	BPM
01. People Like To Party	145
02. Calypso	145
03. Free Free Free	145
04. Vacation	145
05. Cheerleader	145
06. Bring It All Back	145
07. SummerThing!	145
08. California Gurls	145
09. La Bamba	145
10. Under The Sea	145
11. Summer Love	145
12. Boys (Summertime Love)	145
13. Sunny	145
14. The Heat Is On	145
15. Batucada	145
16. A Summer Place [クールダウン]	92



MID-TEMPO

商品番号：EFF6672  
CD価格：3,460円(税込)  
収録時間：1枚組 59分

BPM 128-140

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## Viva La Summer 2020

元気で軽やかな最新ヒッツが心もカラダも弾ませます!

カッコいい ノリノリ 元気が出る

1曲目はアメリカのラッパー、セイント・ジョン『ローゼズ』。クールなスタートでW-upにピッタリ。2曲目はジャスティン・ビーバー『インテンションズ』。瑞々しく甘いボーカルにクエヴォのラップが絡み、ポジティブな雰囲気仕上がりになっています。3曲目はカミラ・カベロ『マイ・オー・マイfeat.ダベイビー』。アップテンポなリズムで、身体が軽やかに動いてくれます。4曲目はワン・ダイレクション、ハリー・スタイルズのキャッチーな曲『アドア・ユー』。5曲目はTikTokで人気の曲、ロディ・リッチ『ザ・ボックス』。曲中のシンセが、ガラスを拭いている音に似ているというアイデア動画から話題に。6曲目のトレヴァー・ダニエル『フォーリング』は、切なくも甘いメロディーです。中盤8曲目にはSNSのヒットチャートで高評価を得たブラックペアー『ホット・ガール・パマー』が登場。軽快なビートに合わせて踊りたくなります。続いて、「クセになる!」と評判のトーンズ・アンド・アイ『ダンス・モンキー』は、中毒性があるメロディーと歌詞にハマってしまいますよ。11曲目は昨年のグラミー賞を総ナメにしたビリー・アイリッシュ『エヴリシング・アイ・ウォンテッド』。どことなく哀愁のあるエレクトロポップが耳に残ります。13曲目のサミュエル・E・ライト『アンダー・ザ・シー』で楽しい気分が頂点に! BPMは128~140まで緩やかに上昇します。

	BPM
01. Roses	128
02. Intentions	128
03. My Oh My	129
04. Adore You	129
05. The Box	130
06. Falling	131
07. Don't Start Now	132
08. hot girl bummer	133
09. Dance Monkey	134
10. The Bones	135
11. everything i wanted	136
12. RITMO (Bad Boys For Life)	137
13. Under The Sea	138
14. Sunday Best	139
15. Blinding Lights	140



**AQUA**

商品番号：EFF6652

CD 価格：3,460円(税込)

収録時間：1枚組 61分

**BPM ALL128**

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## Aqua Next Generation 6

シリーズ史上最高傑作! みんなの笑顔やモチベーションに繋がり、ハッピーに♪

使いやすい 元気が出る 踊りたくなる

オープニングはケイティ・ペリーとピンクのマッシュアップで、元気に明るくスタート! 続く2曲目のU2「ブライド」で、クラスのやる気を力強く奮い立たせ、アウル・シティー「ヴァージ feat.アロー・ブラック」の爽やか&軽快なナンバーでテンションUp! 4&5曲目はノリノリで盛り上がるラテンチューン! アドレナリン全開になること間違いなし! 6曲目にはディズニ映画「リトル・マーメイド」より「アンダー・ザ・シー」が! 映画のシーンと重なり、最高に陽気な気分! 7曲目はジャクソン5「帰ってほしいの」。フィットネス定番曲の登場で、身体が動き出すにはいられない! 10曲目以降は少し明るさを抑えたカッコ良い曲がズラリ。パリビなら絶対に盛り上がった「ドント・ユウ・ワorry Child」や「チャイルド」、一度聴いたら病み付きになる中毒性の高い「ダンス・モンキー」、疾走感がたまらない「スクリーム」の3曲がクラスをグッと引き締めます。13曲目からは「ワン・モア・タイム」「ラッキー・ラヴ」「テイク・ミー・ホーム」と、とにかく元気になるような曲が続きます。ラストはレディー・ガガ「ジエッジ・オブ・グロウリー」。爽快でドラマティックなクラスを演出。年代問わず楽しんでもらえるバラエティに富んだ全16曲。今作も1曲目からでも7曲目からでも使用できる2パターン構成。アクア、ステップ、筋コン、BPMを調整してエアロにも。

	BPM
01. Raise Your Glass vs. Firework	128
02. Pride (In The Name Of Love)	128
03. Verge	128
04. Hips Don't Lie	128
05. Adrenalina	128
06. Under The Sea	128
07. I Want You Back	128
08. I Don't Care	128
09. What A Man Gotta Do	128
10. Don't You Worry Child	128
11. Dance Monkey	128
12. Scream	128
13. One More Time	128
14. I Should Be So Lucky	128
15. Take Me Home	128
16. The Edge Of Glory	128



**STEP**

商品番号：EFF6702

CD 価格：3,460円(税込)

収録時間：1枚組 65分

**BPM ALL128**

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## One Shot!

渾身の一撃を食らわせた“一発屋”達の長く世界で愛される渾身の1曲の力を体感せよ!

元気が出る 使いやすい 明るい

誰の耳にも残る1曲を世に放ち、そして去っていった一発屋達。それでも残したインパクトは絶大! そんな名曲ばかりを集めた1枚です! 1曲目は、90年代突如として現れ去っていったチャンパンパンの「タバサピンギ」。リズムカルなメロディーに聴き覚えがあるはず! サッカーの応援歌としても人気です。3曲目は、映画音楽でお馴染みのハンス・ジマーも参加していたことはあまり知られていない、バグスの「ラジオ・スターの悲劇」。4曲目は、兄弟バンドのハンソン「キラメキ☆MMMMBOP」。キャッチーなポップチューンに心が踊ります。中盤8曲目には、ダンスも一世を風靡した「恋のマカレナ」。9曲目は、当時CMにもタイアップされた「スカットマン」。11曲目の「ビューティフル・サンデー」は、田中星児(初代うたのおにいさん)がカバーしたことでもお馴染み! 終盤13曲目、K-POPの先駆けといえどこの人、サイの「江南スタイル」。あのユニークな“乗馬ダンス”を踊ったことがある方も多いのでは!? ビークタイム14曲目は、4ノン・ブロンズの「ホワツ・アップ」。ラストは、存在そのものも世間を騒がせたロシアの2人組タワウの「オール・ザ・シンクス・シー・セッド」。最初から最後までなんやかんやで知ってる! という曲ばかり! たった1曲(ONE SHOT!)で世界を獲ったその曲の力を是非!!

	BPM
01. Tubthumping	128
02. A Thousand Miles	128
03. Video Killed The Radio Star	128
04. MMMBOP	128
05. Funkytown	128
06. Play That Funky Music	128
07. U Can't Touch This	128
08. Macarena	128
09. Scatman	128
10. Wherever You Will Go	128
11. Beautiful Sunday	128
12. Sugar Baby Love	128
13. Gangnam Style	128
14. What's Up	128
15. All The Things She Said	128
16. One Of Us [クールダウン]	96



**STEP**

商品番号：EFF6692

CD 価格：3,460円(税込)

収録時間：1枚組 60分

**BPM ALL130**

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## The Sound Of Ibiza 2020

地中海の楽園から届いた最新のクラブサウンドで、スカッと爽快な気分!

踊りたくなる カッコいい クール

スタジオやお家でもイケイケ気分を味わいましょう! この1枚で思いっきりダンスミュージックを満喫!! 2曲目のトウジャーモ&ルーカス・ヴァーン「ドロップ・イット」は、トランベットのメロディーラインがとても印象的な1曲。4曲目はハリッド・フォルターメイヤーの「アクセルF」。有名なアクション映画「ババリーヒルズ・コップ」のテーマ曲ですね! 続く5曲目には、クールかつ爽快にアレンジされた歌姫マドンナの「ライク・ア・ヴァージン」が! 8曲目はオランダのDJメイソンがステフロン・ドンをフィーチャーした「ファッション・キラー」。パナパナパ〜というメロディーが脳裏に焼き付く、とても個性的なナンバーです。中盤10曲目、ニッキー・ロメロとデヴィッド・ゲッタの大人気DJがタッグを組んだ「リンダ・ザ・アラーム」。トライバル感のあるリズムで高揚感がさらに急上昇! 13曲目はR&Bシンガーのカリードとイギリスのダンスミュージックグループ、ディスクロージャークがコラボした「ノウ・ユア・ワース」。彼らの持ち味を良いとこ取りしたナンバーで、アレンジもそれを生かしたクールな仕上げが! ラスト18曲目は、なんとポインター・シスターズが登場! 1985年にリリースした「デア・ミー」をEDMサウンドに変身させています。BPMは130均一なので、様々なレッスンで使いやすく、バックミュージックとしてもオススメ。

	BPM
01. Groove It	130
02. Drop It	130
03. Sorry (I Didn't Know)	130
04. Axel F Theme	130
05. Like A Virgin	130
06. San Francisco	130
07. The Soul Of House	130
08. Fashion Killa (PaPaPaPa)	130
09. Roses	130
10. Ring The Alarm	130
11. Alone 2020	130
12. Party With Me	130
13. Know Your Worth	130
14. The Box	130
15. Footloose	130
16. Kamet	130
17. Further Up (Na,Na,Na,Na,Na)	130
18. Dare Me	130



**LATIN**

商品番号：EFF6682

CD 価格：3,460円(税込)

収録時間：1枚組 60分

**BPM 128-134**

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## Latin Classics For Workout 2

ラテンの魅力がギュッと詰まった1枚! 思い出の名曲や心弾むあの曲で!!

踊りたくなる 使いやすい 明るい

耳にした瞬間に心が晴れる曲、大切なワンシーンが蘇る曲ってありますよね! そんな曲を集めた最高の1枚です! ラテンマニアはもちろん、ラテン初心者の方にもキャッチしやすい選曲です♡1曲目はアルバロ・ソレルの代表作「エル・ミスモ・ソル」。どこか哀愁漂う魅惑的なメロディー、アコーディオンと木琴のリズミカルな音に惹きつけられます。3曲目はディスコブームの最期を打ち上げ花火のように盛り上げた男女のダンスポップデュオ、オッタワン「ハンズ・アップ」、4曲目はレグテンブームを巻き起こしたディー・ヤンキー「ガソリーナ」と、思わず口ずさんでしまう愛され曲が続きます。8曲目は、美貌と才能に溢れたジェニファー・ロペスとウィシンがタッグを組んだ「アモーレ・アモーレ・アモーレ」。PVのカッコ良さが話題になったのも記憶に新しいですね。続いて、ラテンディスコ界で人気を集めたギブソン・ブラザーズの快活で陽気な曲「涙のケセラ」。そして、エレナ・パバリズーの「マンボ」はダンサブルでノリノリになれる楽しい曲です♪何と云ってもおすすめは16曲目! ボーイズ・タウン・ギャングの大ヒット曲「君の瞳に恋してる」。心が弾む名曲で、思い出とともに笑顔になる方も多いのでは!? 音も取りやすく、ダンスやラテン系レッスン以外にも、様々なワークアウトに使えますよ。

	BPM
01. El Mismo Sol	128
02. Suave (Kiss Me)	128
03. Hands Up	128
04. Gasolina	129
05. Salta	129
06. To Brazil	129
07. El Pam Pam	130
08. Amor, Amor, Amor	130
09. Que Sera Mi Vida	130
10. Mambo	131
11. Suavemente	131
12. Algo Contigo	131
13. Everybody Salsa	132
14. Corazón Latino	132
15. Papa Loves Mambo	132
16. Can't Take My Eyes Off You	133
17. I Go To Rio	133
18. Cuba	133
19. La Mordidita	134
20. La Ultima Noche	134



**STEP**

商品番号：30675

CD 価格：3,460円(税込)

収録時間：1枚組 60分

**BPM ALL128**

【ダウンロード価格】  
3,040円(税込)  
※複製許諾付き

## Top 40 Vol.76

話題のダンスチューンを独り占め! 選曲もアレンジも抜群の1枚でオシャレなレッスンを。

カッコいい ヤングが喜ぶ

TikTokで話題沸騰、世界を席巻しているサーフェシス「サンデー・ベスト」からスタート! 原曲よりだいぶアップテンポになっていますが、陽気でハッピーさ全開の雰囲気はそのままで、聴いていてポジティブになれちゃいます♪さらに、2人の良さがうまくMIXされていると大評判のレディー・ガガ&リアーナ・グランデ「レイン・オン・ミー」、新型コロナウイルスによるパンデミック下の心境と、かつて恋愛中に感じた不安をリンクさせて作ったというトウエンティ・ワン・パイロツ「レベール・オブ・コンササン」(すごくおしゃれなサウンドです!)と続きます。7曲目は「スウィート・バット・サイコ」で知名度を一気に上げたエイバ・マックスの「キングス&クイーンズ」。女性のエンパワーメントを歌ったもので、彼女のバワフルさが十分に感じられるナンバーです。強烈なインパクトの8曲目!! 今、最もホットなrapperと言われているミーガン・ジー・スタリオンとあのビヨンセのコラボ「サヴェージ」。肉食系女子って感じて迫力満点! 9曲目、こちらもTikTokで話題になっていて今後が目ざされているセイント・ジョンの2016年リリース「ローゼス」。1回聴くと、なんかハマっちゃうそう。10曲目、シーアとデュア・リパが共同制作した「セイブ・マイ・ライフ」はさすが、シーア! 聴く人の心を熱く、そしてグッと掴みます。ダンススタイルのエアロやステップクラスに。

	BPM
01. Sunday Best	128
02. Rain On Me	128
03. Level Of Concern	128
04. I Dare You	128
05. Break My Heart	128
06. X	128
07. Kings & Queens	128
08. Savage Remix	128
09. Roses	128
10. Saved My Life	128
11. To Die For	128
12. Freedom	128



2020年3月発売

商品番号：IMLTN039

CD 価格：3,640円(税込)

## Latin Lovers 2

LATIN LOVERS 第2弾! 今、聴きたい聴かせたい心躍るラインナップ!

1枚組 60分: BPM ALL130

スタートはグロリア・エステファン的心躍る大ヒット曲「ウェバ」! まるでブラジルやキューバの通りを踊りながら聴いているような気分♪♪2曲目はダンス系プレコリオプログラムの使用曲としても人気のアイメ・ヌビオラ「ルンバ・デ・ラ・ブエナ」。4曲目はルイス・フォンシとステフロン・ドンがコラボした「カリブソ」と、ノリが良く誰もが歌いたくなる曲の連続です。中盤を盛り上げるのは6曲目、ピットブルの「カンターレ・レニエル」♪続く、グロリア・エステファン「ノ・メ・デ・ヘス・デ・ケレール〜私への愛を捨てないで」は、スバシーな曲ですね♡8曲目にはレグテン界を代表する、ドン・オマルの「アスタ・ケサルガ・エル・ソル」が登場。歌詞のとおり、踊ることの楽しさでいっぱいになる素敵曲です。後半はヤンデル、ペリーニ、リッキー・マーティンなどの常夏感溢れる曲で、陽気なラストパート! C-downには心に響く、ルイス・フォンシの「ヒラソレス」を収録。

	BPM
01. Wepa	130
02. Rumba De La Buena	130
03. El Esqueleto	130
04. Calypso	130
05. Carnaval	130
06. Cantaré	130
07. No Me Dejes De Querer	130
08. Hasta Que Salga El Sol	130
09. Muévelo	130
10. Tres Gotas De Agua Bendita	130
11. Moviendo Caderas	130
12. Suave (Kiss Me)	130
13. Samba Do Brasil	130
14. Come With Me	130
15. Girasoles [クールダウン]	108



僕はこのCDをラテンエアロはもちろん、エアロピクスや最近ではステップ(ラテンステップではなく通常のステップクラス)でも使用させてもらっています。出だしはポップな「ウェバ」からスタートするので、お客様の気持ちが自然とノってくる感じます。僕のおすすめ曲は誰もが聴いたことのあるこの2曲、6曲目の「カンターレ」と14曲目の「カム・ウィズ・ミー」です。今はコロナ禍でソーシャルディスタンスを確保するために、スタジオの扉を開放しながらレッスンをする場所も多いと思います。それだと満足に音量が上げられませんか。でも、このCDのラテンの明るい曲によってお客様の心の中でテンションを上げてもらっています。ぜひ使ってみてください!

## Cool Down & Relax Yoga



商品番号: Y0234

CD価格: 2,840円(税込)

収録時間: 1枚組 66分

### Becoming By Bernward Koch

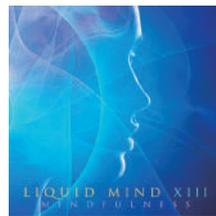
懐かしさを感じる旋律が、本来のリラックスした自分を取り戻してくれます。

リラックス系ヨガ    クールダウン/ストレッチ

美しく繊細なピアノやフルートの旋律が、どこかノスタルジーを感じさせてくれます。子供時代の美しい思い出? それとも前世の遠い記憶? 何の不安もなく、安らぎの中にいたあの頃。風に吹かれた丘、草と土の匂いを感じながら駆け回った草原、親友と花を摘んで遊んだ秘密の場所。そんな懐かしい景色への憧憬が、深い所から湧き上がってくるようです。忙しい毎日に追われ、普段は忘れてしまっている穏やかな記憶や、潜在意識の深い部分と繋がりたい時、このサウンドに静かに身を委ねてみると良いかもしれません。ファンタジックでやさしい旋律が、本来のリラックスした自分へと導いてくれることでしょう。セラピーを受けたように安らぎ、癒される1枚です。

●ビートなし    ●ピアノ/ギター/楽器    ●インストゥルメンタル    ●サロン・SPA

01. A Magical Dream
02. Lavender Fields
03. Moments Of Love
04. Sparkling Eyes
05. Alone On The Way
06. Becoming
07. Mysterious Afterglow
08. The Bright Spring
09. The Harvest
10. A Swan Dream
11. Floating Leaves
12. September Impressions
13. Long Long Time Ago



商品番号: Y0235

CD価格: 2,840円(税込)

収録時間: 1枚組 64分

### Liquid Mind XIII: Mindfulness

安らかな瞑想へ導く、極上のマインドフルネスアルバム。

リラックス系ヨガ    クールダウン/ストレッチ

長年に渡り、数々のリラクゼーションサウンドを世に送り出してきたチャック・ワイルドによる、人気の「リキッド・マインド」シリーズ。1曲目の出だしからその伸びやかさに引き込まれ、一気に美しい世界へとワープします。宇宙空間を漂うようにどこまでも広がり続ける音は、意識が遥か遠くへ旅するように、何とも心地のよい感覚へと包み込みます。4曲目は少し印象が変わってフルートのようなリード音が響いたり、5曲目の後半には弾むようなリズムが加わったりしながら、少しずつ深層意識に語りかけてくるようです。特に、夜のリラックス系ヨガクラスで最高の演出してくれること間違いなし。音楽療法としても大いに活用でき、穏やかな睡眠を得られることにより生命のエネルギーを十分に満たしてくれることでしょう。

●ビートなし    ●インストゥルメンタル    ●サロン・SPA

01. In The Arms Of Love
02. A Calm Heart
03. The Wisdom Of Kindness
04. A Gentle Mind
05. Life In The Slow Lane
06. Mindfulness



商品番号: Y0233

CD価格: 1,650円(税込)

収録時間: 1枚組 58分

### α波オルゴールで聴く朝ドラコレクション

人気朝ドラのテーマ曲がオルゴールに。あの感動の名シーンを思い出しながらリラックスタイムを。

リラックス系ヨガ    クールダウン/ストレッチ

人気の朝ドラ主題歌を、軽やかにで朗らかなオルゴールアレンジで収録。2010年~2019年に放送された朝ドラのテーマ曲より、特に印象に残ったメロディー12曲を厳選。さらにボーナストラックには、今なお思い出に残るドラマ「あまちゃん」の挿入歌「潮騒のメモリー」を収録。なつかしくてあたたかな、オルゴールのメロディー……。その美しい音色にアルファ波のゆらぎ信号を合わせることで、リラクゼーション効果がさらに高まり、安心感と心地よさを与えてくれます。聴き覚えのある優しいメロディーが、あなたを安らぎの世界へと連れ走ります。リラクゼーション系以外にも、マタニティ&ベビー向けヨガ、シニアヨガなど幅広く使える1枚です。朝ドラファンが多いミドル~シニア世代が多く集まるクラスのストレッチにも!

●ビートなし    ●サロン・SPA    ●インストゥルメンタル

01. フレア【スカレット】
02. 優しいあの子【なつぞら】
03. あなたとトラタッタ【まんぷく】
04. アイデア【半分、青い。】
05. 若い広場【ひよっこ】
06. 花束を君に【とと姉ちゃん】
07. 365日の紙飛行機【あさが来た】
08. 麦の唄【マッサン】
09. にじいろ【花子とアン】
10. 雨のち晴レルヤ【ごちそうさん】
11. さかさまの空【梅ちゃん先生】
12. ありがとう【ゲゲゲの女房】
13. 潮騒のメモリー【あまちゃん】  
【ボーナストラック】



商品番号: Y0232

CD価格: 1,980円(税込)

収録時間: 1枚組 56分

### 癒しの森~こころをいやす音楽

あたたかく穏やかなメロディーが、やさしく包み込んでくれます。

リラックス系ヨガ    クールダウン/ストレッチ

yogamusicでも人気の「自律神経にやさしい音楽」「アロマ」など、癒しの音楽を作り続けてきた音楽家、広橋真紀子さんの最新作。作曲活動25年の集大成ともいえる今作品は、ありのままの思いを受け止めてくれる「癒しの森」をイメージして作られた、極上のヒーリング・アルバムです。ピアノの音色をメインに、自然音、ストリングス(※注)、民族楽器音などが融合した独特のやさしい世界観が、あなたを癒しの時間へと誘います。聴く人の心に寄り添い、やさしく穏やかな空間を演出してくれます。ゆったりとしたヨガクラスやシャバリーサナの時間にぴったりの1枚です。

※注:弦楽器および弦楽器を主体とした演奏

●ビートなし    ●サロン・SPA    ●ピアノ/ギター/楽器    ●インストゥルメンタル

01. いくつか思い出す
02. いざなわれた先へ
03. Wish to Heal ゼロにもどる
04. 再生の刻
05. 水の泡にだけゆく
06. Prayer 祈るもの
07. 雨がしみる
08. またあした

## Pilates & Power Yoga



商品番号: MX22007Y

CD価格: 4,270円(税込)

収録時間: 2枚組 140分

※[CD2]13曲目、15曲目は原曲のジャジーな雰囲気を活かしたアレンジで、無音となる箇所がありますが、音飛びではありません。

### Pilates 13

主張しすぎないのに存在感あり。自慢できるセンス抜群の2枚組。

ピラティス    機能改善    その他エクササイズ

[CD1: 69分] 多彩なフレーバーをまとった軽いビートのラウンジMix。温かな気候をイメージするエキゾチックなアレンジや、無機質な空間を突き進むようなクールな曲、夜のビーチパーティーを彷彿させる曲など、色々なタイプの音楽で構成。最終2曲は美しいピアノの音色を堪能。黙々と打ち込める雰囲気曲が多く、ワークアウトに集中できます。

[CD2: 71分] ハイセンスなシティポップで軽やかにスタートし、ムーディーで心地よい曲へと繋がります。4曲目からはレゲトンの波! 中盤以降は夕暮れ~夜の雰囲気をもっとしたハウスが並びます。C-downの17曲目は叙情的なクラシックギターの音色が耳に残る「ヒートウェイヴ」。レッスンの内容や時間に合わせてスタートを変えることで、いつもの楽しみ方ができます。

●ビートが効いている    ●チルアウト・ラウンジ    ●インストゥルメンタル    ●ノンストップ編集

BPM		BPM	
01. Just Landed	120	01. Hypnotized	110
02. Syrah	120	02. Break My Heart	109
03. Trust In Dust	120	03. Watermelon Sugar	108
04. Subwalk	120	04. Banana	107
05. Swimming Places	120	05. MAMACITA	106
06. Lazor	120	06. Sun Is Shining	105
07. The Day You Got Older	120	07. As If It Was You	104
08. Zaim	120	08. Good	103
09. All Good	118	09. Treat Me Right	102
10. Cocoon	116	10. Whatever	101
11. Wishes	114	11. Adeus	100
12. Ying And Yang	112	12. Barfly	99
13. Duende	78	13. Summer In Brooklyn	98
14. Tones	70	14. Nuz An Tara	98
		15. Azure	97
		16. Floating Minds	97
		17. Heatwave	53
		18. Gather	102



2020年8月発売

商品番号: MY13120

CD価格: 3,640円(税込)

収録時間: 1枚組 69分

### Chill House Pilates #6

都会的なラウンジミュージックで気持ちを高め、集中力アップ!

ピラティス    機能改善

淡々と刻まれるビートをベースに、軽やかに弾むパーカッション、シンセサイザーのメロディーなどが明るい空間を生み出します。アーバンライズされたムーディーでフラットな音質が、集中力とモチベーションを高めてくれそう。滑らかな音運びは安心感をもたらす、至福のひとつをサポートします。インストゥルメンタルに突如入り交じるボーカルも、音に馴染んでグルーヴィーに。4曲目はポジティブな女性ボーカルが印象的ですが、全体の流れを崩しません。ドラマチックな展開こそないものの退屈さを感じることはなく、1曲それぞれがもたらす変化を満喫することができるでしょう。最終2曲は徐々に動きと呼吸を整えて、ゆったりと心を落ち着かせる時間に。BPMは120均一。ピラティスや機能改善クラスのお供におすすめしたい1枚です。

●ビートが効いている    ●チルアウト・ラウンジ    ●インストゥルメンタル    ●ノンストップ編集

BPM	
01. Pulse Driver	120
02. Unique Journey	120
03. Beyond Time	120
04. So Easy	120
05. Sunset Nr. 5	120
06. Walk Along	120
07. Cocktail Passion	120
08. You Never Mind	120
09. A Perfect Sky	120
10. What It Sounds Like	120
11. (So Many) Blue Waves	120
12. Fireworks	120
13. Lucid Dreams	90
14. Magic Moments	-

※4曲目のみ女性ボーカル曲です。



2020年8月発売

商品番号: MY13202

CD価格: 3,640円(税込)

収録時間: 1枚組 65分

### Yogilates

ダイナミックに動くコンディショニング系クラスに。上質なサウンドが効果を高めます。

パワー系ヨガ    ピラティス    機能改善

Yogilates、それはピラティスとハタヨガのポーズや動きを組み合わせた、新しいフィットネスレーニング。本作はYogilatesのプログラムに合わせて制作されており、ダイナミックに動くパワーヨガや、集中力が重要なピラティスにももちろん、意識して身体を動かしたい機能改善系クラスにも適しています。アジアンテイストで落ち着いたあるパーカッションでスタートし、序盤は流れるようなメロディーとビートが続きます。ジャジーな雰囲気曲の5曲目から、徐々に集中力とボルテージがアップ。8曲目の女性ボーカル曲もエクササイズの邪魔をしません。そしてBPM125、約12分の「ダイナミックパート」に突入。トロピカル調、フラメンコ調のリズミカルなパーカッションがMIXされていて、ピークタイムをここに合わせると盛り上がりやす。ラストは優しい電子ピアノの音色に身を委ねて。

●ビートありなしMIX    ●チルアウト・ラウンジ    ●アジアン    ●インストゥルメンタル

BPM	
01. Wake Up	-
02. Deep Inside	85
03. Ajune	70
04. Far Away	60
05. Dozen Of Worlds	75
06. My Spirit	75
07. Here On The Ground	75
08. Flesh & Bone	75
09. Metropolitan Jungle	125
10. Plantation Index	125
11. Offshore	70
12. Just One Day	65
13. Nightfly	-

※8曲目のみ女性ボーカル曲です。



2019年12月発売

商品番号: Y0216

CD価格: 2,750円(税込)

収録時間: 1枚組 69分

### The Healing Breath 癒しの呼吸

綿本彰氏×Pranadaのタグがお届けする、音とその効果にこだわり抜いた作品。

リラックス系ヨガ    クールダウン/ストレッチ    ●ビートなし    ●インストゥルメンタル    ●ネイチャーサウンド

「呼吸が変わると心のあり方が変わり、この世界の捉え方が変わる。」思い描いた空気感を見事にプロデュースする田中圭吾氏と、インドの古典楽器パーサスリーの奏者、Gumi氏によるユニット「Pranada」。そんな音のプロフェッショナルに、ヨガ界のマエストロ綿本彰氏を迎え、ヨガクラスに欠かせない5つのシーン「呼吸」「集中」「調整」「瞑想」「覚醒」にマッチする楽曲を制作。洗練されたサウンドに、終始包み込むような安心感をブレンドした音のシャワーが降り注ぐシンフォニーを、ぜひ体感してください。

心が自然と落ち着いて、その場が心地良い空気感になります。穏やかな気持ちになり、呼吸が深まります。リラックス系のクラスや、シャバリーサナの時などにおすすめです! 日常でもリラックスしたい時や、眠る前などに聴いても良いかもしれません。是非、心地良い姿勢で目を閉じて、音楽を聴きながらゆったりと呼吸をしてみてください。空間と溶け合うように癒されます。

梅澤友里香さんのオススメコメント





2020年6月発売
商品番号: EFF6592
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】
3,040円(税込)
※複製許諾付き



2020年5月発売
商品番号: EFF6542
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】
3,040円(税込)
※複製許諾付き



2020年6月発売
商品番号: IMDIV011
CD価格: 3,640円(税込)



2020年6月発売
商品番号: EFF6632
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】
3,040円(税込)
※複製許諾付き



2020年6月発売
商品番号: EFF6622
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】
3,040円(税込)
※複製許諾付き

TEE VEE MAESTRO Vol. 5

AEROBICS

誰もが知っている、テレビ発信の聴き覚えある曲しかない!!

1枚組 61分: BPM 136-150

1曲目には、自動車メーカーのCMに起用されたことのあるリタ・クーリッジ『みんなー人ぼっち』。3曲目は、航空会社CMのCMタイアップ曲だったジャネット・ジャクソン『エスカパイド』。5曲目は、こちらも自動車メーカーのCMタイアップ曲『ハビはマンボが大好き』。なんとこの機嫌!! 続いて化粧品CMに起用された、とっても爽やかな『サドンリー・アイシー』。中盤7曲目は、ピリッ・アイリッシュの『バッド・ガイ』。こちらは2020年1月から放送された日曜ドラマの主題歌。終盤に差し掛かる12曲目には、通信会社のCMに起用された誰もが知っているお馴染みのあの曲。そう『Y.M.C.A.!!』サビはみんなで歌いたくなりますね。ピークタイムの14曲目は、クイーンのプロトマンと言えはこの人、フレディ・マーキュリーの代表曲『ボーン・トゥ・ラヴ・ユー』。最初から最後まで「これは何の曲?!」と思い返しながら、聴き進めるとより楽しめるかも。

HI-LO COMBO 24

AEROBICS

最近話題の曲から懐かしいあの曲も?! 高揚感の波乗りを味わえちゃいます!

1枚組 62分: BPM 136-160

1曲目はカッコ良く、爽快に始まるエイバ・マックス『ソー・アム・アイ』。3曲目は痺れるギターと響く重低音がテンションを上げてくれる『ターン・イット・アップ』。メインの使い出しにも良いかも! 6曲目のクラブリミックスでテンション爆アゲ! 心拍数が上昇するにつれ、その相乗効果でワクワク度もアップ!! 続いて 7曲目は『レッツ・ゲット・スターテッド』。重低音が効いたリノリなこの2曲の流れは盛り上げやすく、しっかり使っておきたいところ! 11曲目はホットニー・ヒューストン&マイア・キャリー『ホエン・ユー・ビリーヴ』。しっとり流れるような気持ち良さが感じられます。ハイインパクトで、走り出しのタイミングに、とても良いフィードバックを受けました! 16曲目のプリンク!82『ダークサイド』は締め括りにもってこい! エアロだけでなく、マーシャルアーツでも使えるカッコ良さ! ビートも効いていて、様々なエクササイズで活躍してくれますよ。

Pink Battle 5

STEP

エネルギーが湧いてくる! 世界で輝いている女性アーティストからの歌声のエネルギー!

1枚組 63分: BPM ALL132

華やかでセクシーな雰囲気のあるドージャ・キャット『セイ・ソー』でスタート。その後、ケイティ・ペリー、セレナ・ゴメス、テイラー・スウィフトと、ヒットチャートに名を連ねるそうする顔ぶれを前半から楽しめます。6曲目は雨の季節に特に聴きたいアーナの2007年の傑作『アンブレラfeat. ジェイ・Z』。7曲目のスパイス・ガールズ『ワナビー』は、世界中の女性を応援する曲。8曲目のレディー・ガガとアリアナ・グランデ『レイン・オン・ミー』は、つらい時を耐え忍び、状況が良くなると信じて前に進むという曲。14曲目の『ベイビー・ワン・モア・タイム』は、プロトニー・スピアーズを一躍スターダムに押し上げた記念すべきデビュー曲! 懐かしい〜。ラストはカーリー・レイ・ジェプセン『アイリアリー・ライク・ユー』のかわいい曲で締めくくり。新旧の人気ポップスが程よくMIXされたこの1枚。歌姫たちのエネルギーが溢れるナンバーでアクティブに動きましょ。

The Most Beautiful Songs Of Ever Vol. 2

MID-TEMPO

興奮! 名曲の数々が次々と! 古き良きナンバーを思いっきり楽しめる1枚!

1枚組 60分: BPM ALL135

タイトルの通り! 最も美しい曲”=最高な曲たちを集めたシリーズ第2弾! 2曲目にさっそうと登場するのはエルヴィス・プレスリーの1956年リリース『ハウンド・ドッグ』。原曲よりもさらにロックに、そして今風にアレンジされていてカッコ良しUP。5曲目はザ・ローリング・ストーンズ『サティスファクション』。ピコピコ系電子音のアレンジがテクニクっぽくてGOOD。6曲目、伝記映画が大ヒットとなり幅広い世代でファンを獲得したクイーン『ボヘミアン・ラプソディ』、そして7曲目には、独自のファッション性で“自分らしさ”を貫くアーティストの先駆者であるシンディ・ローパーの代表曲の1つ『トゥルー・カラーズ』と、神秘的な流れ!! 後半以降もホイットニー・ヒューストン、ドゥービー・ブラザーズ、再び登場のクイーンと、往年の名曲が止まらない!! 興奮も止まらない!! ラストはとびっきり明るいフランキー・ヴァリ『君の瞳に恋している』でフィニッシュ。

The Best Of 00's Vol. 6

MID-TEMPO

懐かしさが新鮮!? 名曲揃いの2000年代をプレイバック!

1枚組 60分: BPM ALL135

「恋のマイアヒ」をサンプリングしたT.I feat. リアーナ『マイアヒ・ライフ』で軽快なスタート! この年代に外せない名曲、アリア・キーズ『ノー・ワン』が3曲目に登場。デスティニーズ・チャイルド『インディペンデント・ウーマン Part1』に影響を受けた方も多いのでは? 『ユア・ビューティフル』は気持ち良く踊れるアレンジ! としてビヨンセ『ベイビー・ボーイ feat. ショーン・ポール』のアラビアンな雰囲気がスパイスを効かせます! 続くセリーヌ・ディオーン『ザッツ・ザ・ウェイ・イット・イズ』は背中を押してくれる応援ソング。12曲目には、マルーン5の代表曲『シークウィル・ビリーヴ・ドゥ』も。終盤はジェイソン・デルーロ、シアラ等の大人っぽいナンバーが続く。ジェニファー・ロペス『ジェニー・フロム・ザ・ブロック』でクールにフィニッシュ! ちょっと懐かしさが欲しいエアロヤス・テップ、ダンスエアロなどのレッスンにピッタリ。最新曲とは一味違う雰囲気でも、逆に新鮮かも?!

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'We're All Alone', 'I Love Your Smile', 'Escapade', etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'So Am I', 'Please Me', 'Turn It Up', etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'Say So', 'Boys', 'Harleys In Hawaii', etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'Don't Stop', 'Hound Dog', 'Dust In The Wind', etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'Live Your Life', 'Irreplaceable', 'No One', etc.



2020年5月発売
商品番号: MX22002
CD価格: 3,640円(税込)



2020年6月発売
商品番号: MY13197
CD価格: 3,640円(税込)



2020年6月発売
商品番号: EFF6582
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】
3,040円(税込)
※複製許諾付き



2020年6月発売
商品番号: EFF6642
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】
3,040円(税込)
※複製許諾付き



2020年6月発売
商品番号: MX22002M
CD価格: 3,640円(税込)

Bootcamp Training 3

KICKBOX

疾走感と高揚感が半端ない。おしゃれな仕上がりがです(\*^▽^\*)

1枚組 68分: BPM ALL135

1曲目はロビン・シュルツ『イン・ユア・アイズ feat. アリーダ』。近未来的なサウンドがクールなダンスチューン。2曲目はDJジョエル・コリー『ソーリー』。とんどん変わっていくリズムが楽しすぎる、コンテューのハウスミュージック。9曲目は力強い歌声が耳に残る、デュアラ・リバ『フィジカル』。本人曰く、80年代に強く影響を受けた曲だそう。11曲目はマーク・モリソン『リターン・オブ・ザ・マック』。ブラックミュージック好きには堪らない破壊力抜群のビートが特徴です。13曲目はザ・チェインズモカーズの親近感たっぷりな『ブッシュ・マイ・ラック』。14曲目は物悲しい雰囲気がある、ホルジー『ユー・シュッド・ビー・サッド』。ドラマチックなシーンの演出にピッタリ。19曲目はDJデューク・デュモン『セラビー』。おしゃれなハウスミュージックでありながら、どこかノスタルジックな雰囲気も醸し出す不思議な1曲。1枚で1レッスンを完結できる超優秀なアルバムです。

Bo: Tastic - Spring 2020 -160BPM

KICKBOX

リノリでお客様ウケ間違いなし! もちろん、普段使いでもボリューム満点!

1枚組 70分: BPM ALL160

このCDはとにかく使いやすく、オシャレなアレンジばかりなので、レッスン時もみんなリノリ、使っている自分も勝手に盛り上がりてしまうほど!(笑) 今回も終盤までリノリです! 2曲目、この曲で人気を不動のものとしたDJリガード『ライド・イット』で幕開け。5曲目はデュアラ・リバの『フィジカル』。80年代のレトロ感溢れる彼女の楽曲の雰囲気も損なわないアレンジが最高! 中盤も勢いが止まらない! 個人的にも好きなアリーナが8、9曲目に連続で登場。『ライ・ナウ feat. デヴィッド・ゲッタ』から『ルード・ボーイ』への繋ぎもカッコいい!! 14曲目にはステイホームで流行った『エアロピクスチャレンジ』でお馴染みのザ・ウィークエンド『ブライディング・ライツ』も。これは絶対狙っていますよね! エアロ、格闘技系、ランニングに。

Tribute To The Legends Of Pop Vol. 2

AEROBICS

世界中の人をワクワクさせて楽しませてくれた“レジェンド”達が集結!

1枚組 60分: BPM 136-150

1曲目はジャクソン5の定番曲『帰ってほしいの』、3曲目はポール・マッカートニー&マイケル・ジャクソン『セイ・セイ・セイ』と、ポップ界の帝王がW-upからスタートダッシュをかけてくれます。CARDIOパートの1曲目(4曲目)はディスコの女王ドナ・サマー『アイ・フィール・ラヴ』。6、7曲目は、クイーン『カインド・オブ・マジック』、スコピオンズ『すべては風の中に』が、爽やかな女性ボーカルアレンジになっていて、これがまたGOOD! 9曲目はエルヴィス・プレスリー『ハウンド・ドッグ』、12曲目にはピーシーズの名曲『ステイン・アライヴ』と、クールな曲もバッチリ収録。ラストはU2の代表曲『ウィズ・オア・ウィズアウト・ユー』、エルトンジョン『アイム・スティル・スタンディング』と、最後の最後まで豪華アーティストの楽曲で構成。BPMは136~150。C-down付きで、レッスンはこの1枚でOK。ピッチ調整でいろいろな使い方ができるのもお得です!

The Legends Of Soul & Disco 3

MID-TEMPO

エネルギー溢るソウル&カッコいいディスコの名曲をお届け!

1枚組 60分: BPM ALL135

モータン好きにはお馴染み、スモーキー・ロビンソン&ザ・ミラクルズの大ヒット曲『涙のクラウン』でスタート。3曲目はパワフルで胸熱なイブリン・ジャンペン・キングの『シェム』。5曲目のマーサ&ザ・ヴァンデラス『ダンシング・イン・ザ・ストリート』、6曲目のクラウド・ハリー『プギ・ウギ・ダンシング・シューズ』は、どちらもグルーブ感があり、ノリやすい! 12曲目は底抜けに明るいマーシャ・グリフィスの『エレクトリック・プギー』。続いて13曲目にはソウルの帝王、テンブテーションズ『パワ・ワズ・ア・ローリング・ストーン』が登場。終盤15曲目はS.O.S.バンドのダンスパルナナンバー『ティク・ユア・タイム』。18曲目はアバの『ヴァー・ヴァー』。エスニック調のディスコソングで盛り上がりましょう! もうウキウキが止まらない!! 一瞬で聴き手の耳を奪う、軽快でキラキラ感のあるリズムと華やかなメロディは、どの世代の心も鷲掴み間違いなし!

The Best Of Hits 2020 Mashup

MID-TEMPO

おしゃれでクール! 2020年最新ヒットに懐かしの曲をマッシュアップ。

1枚組 67分: BPM 130-138

前半はフィジカルでクラブ要素高めなクールなナンバーで進んでいきます。4曲目、この曲の面白いところはブラック・アイト・ピーズ×J.PALVING『リトモ(バットボーイズ・フォー・ライフ)』(2019年)と、サンプリングした原曲のデバージ『リズム・オブ・ザ・ナイト』(1985年)を組み合わせたこと。重めのリズムが動きをサポート! 6曲目は『インフォーマー』をカバーしたダミアン・ヤンキーの『コン・カルマ feat. ケイティ・ペリー&スノー』とスティヴィー・ヴォーキがクリス・レイク、トゥジャモとコラボした『ボンレス』のご機嫌なミックス。7曲目、しっとりしたショーン・メンデス&カミラ・カベロ『セニョリタ』に何故かハイテンションで絡んでくる『ターン・ミー・オン』の不思議なクセになりそう。この後もアヴィーチーvs.トーンズ・アンド・アイ、コールドプレイvs.デスティニーズ・チャイルド等の大物同士のマッシュアップが楽しめます!

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'In Your Eyes', 'Sorry', 'Roses', etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'Intro', 'Ride It', 'Barbra Streisand', etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'I Want You Back', 'Sunny', 'Say Say Say', etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'The Tears Of A Clown', 'When Will I See You Again', 'Shame', etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include 'Lonely vs. We Found Love vs. Sweet Lovin'', 'Good As Hell vs. The G.O.A.T.', etc.











2020年2月発売
商品番号: EFF6452
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】 3,040円(税込) ※複製許諾付き

Disney Songs Collection Vol. 2

STEP

みんな大好き! ディズニーソング集の第2弾!

1枚組 65分: BPM ALL128

ディズニーソングはいつ聴いても幸せな気持ちにさせてくれますよ! この1枚で、明るい・元気・カッコイイ・情熱的など、色々なレッスンの演出が出来ます★1曲目は「リトル・マーメイド」より「キス・ザ・ガール」の可愛らしい曲からスタート...



2019年3月発売
商品番号: EFF6012
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】 3,040円(税込) ※複製許諾付き

Disney Songs Collection

STEP

みんなが笑顔になっちゃうディズニーソングの魔法のコレクション!

1枚組 65分: BPM ALL128

誰もが1度は観たことがある、ディズニー映画やドラマの名曲が詰まっています!! 映画「ズートピア」の主題歌「トラウ・エヴリソング」で晴れやかにスタート...



2020年1月発売
商品番号: EFF6392
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】 3,040円(税込) ※複製許諾付き

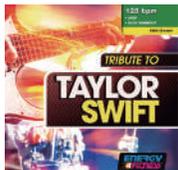
Superhero Collection

STEP

マーベルやDCコミックスなどのスーパーヒーロー作品で使用された楽曲が大集結!

1枚組 61分: BPM ALL128

まずはザ・ビートルズの1員だったジョージ・ハリスン「マイ・スイート・ロード」の明るく陽気な曲から。5曲目は、コメディ映画「デッドプール2」よりドリマー・バートン「9時から5時まで」...



2020年1月発売
商品番号: EFF6432
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】 3,040円(税込) ※複製許諾付き

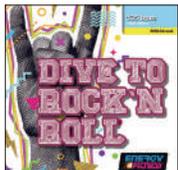
Tribute To Taylor Swift

STEP

テイラー・スウィフトがあなたのレッスンを彩ります!

1枚組 60分: BPM ALL128

昨年多数の賞を受賞した人気歌姫テイラー・スウィフトづくしのアルバム! 最後までカウントも取りやすく、エアロ、ステップ、ダンスエアロ、アクアと大活躍間違いなし!



2019年12月発売
商品番号: EFF6372
CD価格: 3,460円(税込)
【ダウンロード価格】 3,040円(税込) ※複製許諾付き

Dive To Rock'n' Roll

MID-TEMPO

ロックナンバーを集結! ロックンロールが大好きな方は是非どうぞ!

1枚組 64分: BPM ALL135

1曲目はロック界のレジェンド、レニー・クラヴィッツ「自由への疾走」から! このギターサウンドは今、聴いても超クール! 2曲目はショッキング・ブルー「ヴィーナス」...

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include Kiss The Girl, Colors Of The Wind, Go The Distance, etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include Try Everything, When Will My Life Begin, We're All In This Together, etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include My Sweet Lord, Feels, Heathers, Hallelujah, 9 To 5, etc.

【お詫び】メーカー都合により、2020年1月31日(金)発行「BRAVO MUSIC CATALOG Vol.1」p71 Superhero Collection 曲リストに掲載されている1曲目~4曲目の収録曲が変更となりました。上記の曲リストをご確認の上、ご購入ください。

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include You Need To Calm Down, Lover, Gorgeous, Teardrops On My Guitar, etc.

Table with 2 columns: Track Number, Title, BPM. Tracks include Are You Gonna Go My Way, Venus, Power Of Love, I Love Rock'n' Roll, etc.



2020年3月発売
商品番号: MTX0452
CD価格: 4,570円(税込)
収録時間: 3枚組177分

【ダウンロード価格】 4,160円(税込) ※複製許諾付き

Step Quarterly 22

ダンス、ステップ、ラテンなど、レッスンやクラスの雰囲気でも使い分けも楽しめる3枚組!

CD1 : 60分 : BPM ALL128

UKの代表的DJ/プロデューサー、ジャックス・ジョーンズ『ディズ・イズ・リアルfeat.エラ・ヘンダーソン』からスタート。6曲目はポップ調にジャズ要素も入ったフレーズが印象的な「バイアア」...

CD2 : 59分 : BPM128-134

90年代に若者たちのアンセムとしてヒットした「ユウ・ゲット・ホワット・ユウ・ギヴ」の心地よいサウンドからスタート。2曲目は、元1Dルイ・トムリンソンのポップ・ロック「キル・マイ・マインド」...

CD3 : 58分 : BPM ALL132

Disc3はラテン・レゲトンづくし! 主に2017~2019年の話題曲が目白押し! まずはビップル「3・トロウ・タンゴ」から。2曲目は2019年の外せないヒットナンバー、ジョン・メンデス&カミラ・カペロ「セニョリタ」...

Table with 6 columns: CD 1, BPM, CD 2, BPM, CD 3, BPM. Lists track numbers and titles for each CD.

Step 85 Annual 2020

お洒落で洗練されたサウンドに酔いしれる! 2019年のヒット曲を中心にセレクトされたダンスチューンを3枚組に。

CD1 : 69分 : BPM128-132

メガヒットを飛ばし続けるデュア・リパ「ドント・スタート・ナウ」。この後も昨年、クラブやお店のBGMでヘビロテだったカルヴィン・ハリス&ラグナボーン・マン「ジャイアント」...

CD2 : 66分 : BPM130-135

お祭り番長ビップルの爽快なナンバー「ゲット・レディfeat.ブレイク・シェルトン&ジョー・ベリー」で幕開け。7曲目のリブ「グッド・アズ・ヘル」、9曲目のサム・スミス&メロニ「ダンシング・ウィズ・ア・ストレンジャー」...

CD3 : 69分 : BPM132-138

オランダ出身のDJ/プロデューサー、ステップ・ダカンボ「イン・アンド・アウト・オブ・マイ・ライフ」でスタート。5曲目のロバート・スラーチェ「ジョイズ」...

Table with 6 columns: CD 1, BPM, CD 2, BPM, CD 3, BPM. Lists track numbers and titles for each CD.

STEP

STEP





## Aeromic マイクベルト&アームベルト

※ブラボーオリジナルマイクベルト、マイクスポンジ、ヘッドパッドは2ページに掲載しています。



マイクベルト(カラー)	商品番号
シルバーグリッター	76202
ミッドナイトパープル	76203
ピンクプリンク	76204
アンティークグリッター	76209
ラズベリーグリッター	76210

商品価格(各色): 1個 **¥4,840**(税込)

[サイズ]フリーサイズ ポーチ部分:幅 8cm×高さ 13cm  
[素材]ネオブレ



アームベルト(カラー)	商品番号
ブラックスパークル	76201

商品価格: **¥3,960**(税込)

[サイズ]ポーチ部分:幅 8cm×高さ 12cm  
[素材]本体:ネオブレ

ベルト:ゴム素材(マジックテープタイプ)

※ぬるま湯で手洗いをしてください。  
※商品名は「Aeromic マイクベルト(アームベルト)・シルバーグリッター」とカラーまでお書きください。  
※写真と実際の商品の色味は多少異なります。

## 超立体ソックス Activital Foot Supporter

着用することでフットワークの良い歩行・動作が期待できます!



S-M(22.5-25.5cm)

カラー 商品番号(S-M)

- |           |        |
|-----------|--------|
| 1 ブラック    | YG0075 |
| 2 ホワイト    | YG0077 |
| 3 グレーベージュ | YG0079 |
| 4 ピンク×グレー | YG0081 |
| 5 レッド×グレー | YG0083 |

商品価格(各色)

1足 **¥1,650**(税込)

[素材]身生地:ポリエステル、綿、ポリウレタン 滑り止め部分:PVC  
[生産国]中国製

※本品は足及び足首関節を総合的にコントロールすることを目的としたフットサポーターです。  
※一般的な靴下に比べて着用に手間を要しますが、サポート機能を優先しておりますのでご了承ください。  
※つま先横部につなぎ目がありますが、不良ではございません。  
※「カラー×サイズ」はお間違えないようにご注文ください。

## ソフトジム

筋力トレーニングや  
ストレッチに...



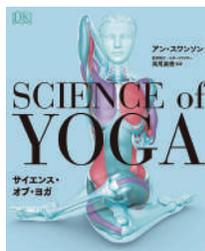
カラー 商品番号

グリーン	76111
レッド	76112
ブルー	76113
イエロー	76114

商品価格(各色): 1個 **¥1,540**(税込)

[素材]塩化ビニール空気入れストロー付き [サイズ]直径23cm [製造元]レッドラプラスティック社

## BOOK



### サイエンス・オブ・ヨガ

ヨガに携わる人必携の1冊。

イギリスでベストセラーとなったアン・スワンソンによる、『SCIENCE of YOGA』の待望の日本版! 科学的観点からヨガを深めたい方にオススメです。解剖学的見地で代表的なポーズの効果が、分かりやすいCGで掲載されています。

商品価格: **¥0224**

[著者]アン・スワンソン [監修]高尾美穂  
[判型]B5変形 / 216ページ

商品価格: **¥3,190**(税込)



### DVD付き カラダがスーッとラクになる 可動域ストレッチ

1日3分! 簡単プログラムで、  
身体の不調にさようなら!!

週変わりや気軽にできる可動域ストレッチを紹介。運動不足の方でも簡単にできる、タオルやイスを使った上半身・下半身別のストレッチメニューも。ストレッチ方法を図解とDVDの映像でしっかり解説いたします。

商品価格: **¥0226**

商品価格: **¥1,430**(税込)

[監修]中里賢一  
[判型]A5判 / 128ページ

WEB



以下の弊社WEBサイトからご注文いただけます。

**fitness-music.jp**  
**yogamusic.jp**

試聴もできます!

MOBILE



スマートフォンからの  
試聴・CDやグッズの  
購入ができます。



スマートフォン以外の  
携帯電話から  
購入ができます。

FAX



同封されているFAX用紙に必要事項を記入し  
下記までFAXしてください。

**0120-722-434**(24時間受付)

WEBサイトでもFAX専用オーダー用紙をダウンロードできます。

ハガキ

ハガキでもご注文が可能です!

公費でのご購入も  
承っております!

### カスタマーサービス

商品の内容や、返品・交換など  
サービス全般へのお問い合わせ  
は右記までご連絡ください。  
TEL:03-3511-1451(平日11時~16時)  
TEL:0120-383-797(平日11時~16時)  
FAX:0120-722-434(24時間受付)

### お支払について

「代金引換」もしくは「クレジットカード払い(WEBサイトからのご注文時のみ)」をご利用いただけます。お使いいただけるカードは、ダイナース、VISA、Master、JCB、アメリカンエクスプレスの5社です。代引き手数料は弊社が負担いたします。



### お届けについて

通常、ご注文から3営業日以内の発送を心がけております。新商品リリース直後や長期休暇明けなどの混雑時には3~5営業日程度の発送となりますので、ご了承ください。

[在庫のある商品] **1~3 営業日以内** [混雑時] **3~5 営業日以内**

### 送料について

1回のお買い物で合計金額7,500円(税込)以上の場合、**送料(880円)が無料**となります。



(株)ブラボーグループ フィットネスミュージック事業部  
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋 2-1-10 TUGビル3F