

第10回千葉県秋季パワーリフティング選手権大会 兼 平成31年 いきいき茨城ゆめ国体1次予選会

2018,12/2 ゼットエー武道場

予定表

9:00	開 場	※駐車スペース注意
9:00	受 付	Aグループ優先
	検 量	Aグループ→ロット番号順、第1試技重量を申請
	コスチューム	ラック高の申請を行う
10:00	開会式	
11:00	競技開始	

グループ

第1コート	スクワットA→C→E	ベンチプレスA→C→E	デッドリフトA→C→E
Aグループ	16名 女子NF全選手	16名	
Cグループ	15名 男子N74kg級	15名	
Eグループ	12名 男子N83kg級	②8名、男子N120kg級 3名、男子N+120kg級 1名	
第2コート	スクワットB→D→F	ベンチプレスB→D→F	デッドリフトB→D→F
Bグループ	13名 男子N59kg級	2名、男子N66kg級 11名	
Dグループ	16名 男子N83kg級	①16名	
Fグループ	13名 男子N93kg級	8名、男子N105kg級 6名	

注意事項

※お車でお越しの方は、芝生スペースまたは、武道場裏の第2駐車場に駐車して下さい。パワーリフティング関係者は、武道場前のアスファルトスペースには駐車しないようお願いします。

- ・受付は、開場と同時にAグループの選手から行い終了後、B～Fグループを順次行います。
- ・検量は、9:00開始 AグループからロットNo,順に実施します。検量時に第1試技重量を申告。
- ・コスチュームチェックとラック高 申告。順番は自由。ラック高を測定後、コスチューム時に申告して下さい。

連絡事項

- ①ボールペンを、必ずお持ち下さい。
- ②ゴミは、各自お持ち帰り下さいますようお願いいたします。
- ③予定表の時間は進行状況により変更になる事があります。当日のアナウンスにご注意下さい。