

## 山口県・広島県ベンチプレス選手権大会のご案内

日時 2019年6月2日(日) 受付：9時半 検量：10時 競技開始：12時

会場 ステイヤング 防府市八王子1-10-13 TEL 0835(22)1358

主催 山口県パワーリフティング協会

競技方法 F軸 と N軸 の2つに分けて競技をします。

競技は JPAルールで行います。主審の「スタート」の合図でバーを胸までおろし、バーを静止「プレス」の合図で押し上げ、「ラック」でバーをかけます。頭の浮き、靴底の浮きは反則となります。  
また、お尻は最も高い部分が面についていること。

コスチューム F軸…ベンチ用ギアシャツ、リストバンデージ、ベルト、ツリパン

クレイン社、マラソン社のものは使用できません。

N軸…Tシャツにツリパン、またはTシャツにスパッツ(長いものは不可)

リストバンデージ、ベルトは使用できます。

五本指の靴、襟やポケットのついているTシャツは使用できません。

Tシャツは必ず、ツリパンやスパッツの中に入れること。

階級 女子 47、52、57、63、72、84、84kg超級

男子 59、66、74、83、93、105、120、120kg超級

参加資格 2019年度の選手登録が必要です。登録団体からの一般登録費(1年間)は5,000円  
個人の一般登録費は10,000円です。

大学生は2,000円、中・高校生は1,000円です。

JPAのホームページで登録してください。(登録費と参加費は別です。)

申し込み締め切り 5月19日(日) 必着 当日の受付はいたしません。

申し込み用紙には、IDナンバーを記入してください。

参加費の振り込みは、山口県・広島県大会とも

山口銀行 口座：防府支店(店番51) 普通 6467788

口座名：山口県パワーリフティング協会 理事長 國弘 竹二

参加費 3,500円 Wエントリーは、5,500円

食事は各自でお願いします。近くにファミリーマート、コメダ珈琲店、セブンイレブン、吉野家  
などがあります。

表彰 各階級1～3位まではメダルと賞状など。

お願い 私たちはドーピングを許しません。フェアプレー精神で、全力で戦ってくださいますよ  
切にお願いいたします。

お問い合わせは：ステイヤング 電話・FAX 0835(22)1358 國弘 竹二まで。

または、広島県パワーリフティング協会 電話 (082)548-4808

増田よしかずまで。

お願い 大会にご協力いただける方がおられましたら、氏名・年齢・男女 を お知らせください。  
保険の加入時に必要となりますので、よろしくお願いいたします。