

大会プログラム

開催場所：栃木県芳賀町第二体育館
開催日：2023年10月22日(日)

8:15～ 8:25～	受付 役員受付 選手受付	A、Bグループ(8:25前に入場することはできません。)	
8:30～	検量 コスチュームチェック		
9:30～	開会式	①開会の辞 ②理事長挨拶 ③優勝旗返還 ④選手宣誓 ⑤競技説明	
10:00～ 11:05～ 12:10～	競技開始 1.スクワット 2.ベンチプレス 3.デッドリフト	A面 ■Aグループ 11名 実業団 ①女子全般 (9) 教職員 ②女子全般 (2)	B面 ■Bグループ 8名 実業団 ①男子全般 59kg級 (6) 教職員 ②男子一般 59kg級 (2)
12:10～	選手受付	C、D、E、Fグループ	
12:15～	検量 コスチュームチェック		
13:45～ 14:55～ 16:05～	1.スクワット 2.ベンチプレス 3.デッドリフト	■Cグループ 10名 実業団 ①男子全般 66kg級 (6) 教職員 ②男子一般 66kg級 (4)	■Dグループ 14名 実業団 ①男子全般 74kg級 (10) 教職員 ②男子一般 74kg級 (4)
		■Eグループ 12名 実業団 ①男子全般 83kg級 (8) 教職員 ②男子一般 83kg級 (4)	■Fグループ 12名 実業団 ①男子全般 93kg級 (4) ②男子全般 105kg級 (3) ③男子全般 120kg級 (3) 教職員 ④男子一般 93kg級 (1) ⑤男子一般 105kg級 (1)
		※C⇔E、D⇔Fグループは、交互に各種目を実施する。 原則、インターバルの時間は取りません。 ※試技終了後、表彰式を行います。	
	閉会式	選手、役員の写真撮影／閉会宣言	

注) 時間帯はあくまでも予定であり、当日の状況に応じ変動も予測されます。試技開始が早まることはありません。