

## 第42回全日本高等学校パワーリフティング選手権大会のお知らせ

時下、益々御清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、第42回全日本高等学校パワーリフティング選手権大会を下記の通り開催致します。参加資格を勝ち得た前途有望な高校生リフターが多数参加されることを希望します。

つきましては、下記開催要項に従って参加資格の認定及び参加申込みを行って下さいますよう、よろしくお願い申し上げます。

全日本高等学校パワーリフティング連盟  
理事長 斎藤 誠一郎

### 開催要項

1. 主催 全日本高等学校パワーリフティング連盟
2. 主管 埼玉県パワーリフティング協会
3. 後援 **【予定】**  
スポーツ庁 埼玉県 さいたま市 埼玉県教育委員会 さいたま市教育委員会  
(公財)埼玉県体育協会 (公財)さいたま市体育協会
4. 協力 関東パワーリフティング連盟・関東学生パワーリフティング連盟  
埼玉県パワーリフティング協会・さいたま市パワーリフティング連盟
5. 日時 2024年7月21日(日)  
午前9時検量開始 午前11時00分 競技開始  
※変更がある場合は高校連盟 HP に公開します。
6. 会場 サイデン化学アリーナ (さいたま市記念総合体育館)  
さいたま市桜区道場4-3-1  
TEL 048(851)5050
7. 交通 バス：JR 京浜東北線の浦和駅西口バス停より「大久保浄水場」行き  
「桜区役所」バス停下車、徒歩1分  
バス：JR 埼京線の南与野駅北入口バス停より「埼玉大学」行き「埼玉大学」  
バス停下車、徒歩20分  
バス：JR 埼京線の中浦和駅西口バス停より「桜区役所」行き「桜区役所」  
バス停下車、徒歩1分  
電車：JR 埼京線の南与野駅下車、徒歩40分  
※詳しくは、サイデン化学アリーナ (さいたま市記念総合体育館) のホームページ  
をご参照ください。
8. 参加資格 「全日本高等学校パワーリフティング選手権大会参加資格規定」による。
9. 階級 男子 53 kg級・59 kg級・66 kg級・74 kg級・83 kg級・93 kg級・93 kg超級  
女子 47 kg級・52 kg級・57 kg級・63 kg級・69 kg級・76 kg級・76 kg超級
10. 団体戦 (学校対抗戦) について
  - (1) 参加資格
    - ① 2024年度全日本高等学校パワーリフティング連盟学校登録校
    - ② 男子団体戦・女子団体戦とも a～c のすべてに該当する高等学校
      - a, 全日本高等学校パワーリフティング選手権大会参加資格規定の生徒で構成される学校公認の部活動 (または同好会) であること
      - b, 構成員はすべて本大会の個人戦参加選手であること
      - c, 構成員を3名以上有すること
  - (2) 得点方法
    - a, 各階級において、各高等学校の参加選手数に関わらず、1校から上位2名までを得点对

象者とする。

b, 得点は以下の通り計算し、男子団体戦・女子団体戦とも全階級の合計得点により順位を決定する。

1位～6点・2位～5点・3位～4点・4位～3点・5位～2点・6位～1点

〔例〕 A高校から男子 74 kg級に3名の参加選手があり、それぞれ1位・3位・5位となった場合、1位（6点）と3位（4点）の選手のみを得点対象者とし、この階級でのA高校の得点は10点とする。

11. 表彰 個人戦・団体戦とも6位までを表彰する。

12. ルールについて

- ① 原則として「JPAルール」の”ノーギアルール“に準拠する。
- ② 参加登録以降の出場階級の変更は一切認めないものとする。
- ③ 危機防止のため、デッドリフト競技の足幅をプレートの左右とも約10cm内側以内とする。なお、「約10cm」についての判断は主審が行うものとし、プレートに近過ぎると判断した場合は、その旨を選手に指示することとする。
- ④ デッドリフト試技では、すねを保護するために、すね全体を覆うような靴下を着用しなくてはならない。靴下と脛の間に簡素な保護布を使用することができる。

13. 申込み方法

A, 「記録証明書」または「推薦書」

\* 「記録証明書」は、①大会名・②大会日時・③高等学校名・④選手の氏名、学年、生年月日・⑤樹立記録・⑥主催団体名（公印）を記入すること。

※ 「記録証明書」は、日本パワーリフティング協会各都道府県協会及び全日本高等学校パワーリフティング連盟各都道府県連盟発行の標準記録を突破した大会記録を記載した賞状のコピーでも可とする。

\* 「推薦書」は、①出場階級・②高等学校名・③選手の氏名、学年、生年月日④参考記録・⑤推薦者の役職、氏名（捺印）を記入すること。

※ 「記録証明書」または「推薦書」いずれかを提出すること。

B, 「参加申込書兼記録票・誓約書」

\* 添付の「参加申込書兼記録票・誓約書」の欄に必要事項を記入の上、保護者の認印を得てください。

\* 指定用紙以外では参加申込みできません。また、必要事項の記入洩れ等がある場合、参加申込みが無効となることもありますので、ご注意下さい。

C, 参加費

選手1名につき8,000円

D, 団体戦参加費（団体戦参加高等学校のみ）5,000円

1校につき5,000円。なお、男子団体戦・女子団体戦とも参加の場合は、10,000円。

以上A～Dを現金書留にて下記の本連盟事務局まで郵送してください。

尚、郵便振替を利用する場合はC～Dに代えてその領収書（コピー可）を同封してください。

〒336-0975 埼玉県さいたま市緑区代山172 浦和学院高等学校内 全日本高等学校パワーリフティング連盟事務局 石原正規 郵便振替口座番号〔00120-0-170784〕 同 口座名称〔全日本高等学校パワーリフティング連盟〕
---

14. 申込み〆切り 2024年6月20日（木）必着

15. 宿泊案内

ホテル名：プラザホテル浦和

所在地：埼玉県さいたま市南区鹿手袋1-1-1

TEL：048-863-5111

FAX：048-862-2575

\*宿泊は必ず予約が必要ですので、各自で予約、申込みをして下さい。

\*ホームページ URL <http://www.plazahotel-urawa.com/>

JR埼京線「中浦和駅」隣

- ▶首都高速埼玉大宮線⇒浦和南インターより約5分
- ▶JR 埼京線・中浦和駅 隣（駅から見えます）
- ▶JR 京浜東北線⇒浦和駅西口より車で5分  
\*東京駅から京浜東北線、赤羽駅で埼京線大宮方面に乗り換え、中浦和駅下車。



## 15. 注意事項

- ①参加者は健康保険証を持参すること。
- ②参加校の選手は、必ず引率責任者によって引率され、参加選手のすべての行動に対して責任を負うものとする。
- ③会場内における飲食は必要最低限にとどめ、指定場所以外で行わず、周囲の人となるべく距離を取って対面を避けること。また、ゴミはすべて持ち帰ること。
- ④生徒の参加については、生徒本人及び保護者の同意を確認すること。

## 16. その他

- ① 宿舎について  
ホテルは指定しません。各自でご予約ください。
- ② 当日の昼食について  
選手は必ず昼食を持参して下さい。なお、大会役員等の昼食は本連盟にて用意致します。
- ③ コスチュームについて  
JPAルールによるコスチューム以外のコスチューム（短パン等）の着用は禁止となりますので、御留意下さい。  
JPAより11月21日にルール改定があり2024年1月1日より施行されますので確認して下さい。
- ③ その他、本大会に関するお問い合わせ等につきましては、本連盟本部（作新学院高等学校 齋藤誠一郎 TEL028-648-1811）まで御連絡下さい。
- ④ 大会に関する連絡事項は、高校連盟ホームページで公開します。参加者並びに関係者は事前に必ずご確認ください。（<https://power-high.sakura.ne.jp/>）

以上

## ノーギアルールの服装について

### 1、Tシャツ

綿またはポリエステル丸首半袖Tシャツで試合に参加して下さい。

#### ① 禁止されている素材、生地

うねり織り、あぜ織り、デニム、弾力性のある素材(ストレッチ系、コンプレッション系、ゴムを含む素材)

#### ② 禁止されている構造

ノースリーブ、タンクトップ、袖の長さが肘にかかるTシャツ、襟付き、Vネック、Uネック、ボタン、ポケット、ジッパー、強化と見なされるステッチワーク

### 2、シングレット(つりパン)またはスパッツ

シングレットはIPF ルール規格に即したシングレット(つりパン)で試合に参加して下さい。ただし、股下内側が25cm を超えないもの。

### 3、靴

J P A ルール規格に即したベルト。

### 4、必要に応じて使用可能な服装

#### ① 靴下

スクワット、ベンチプレスでは靴下の着用義務はありませんがデッドリフトでは必ずハイソックスを着用。ハイソックスの長さは膝下であること。5本指のソックスについては使用禁止ではありません。

#### ② ベルト

J P A ルール規格に即したベルト。

#### ③ リストラップ

J P A ルール規格に即したリストラップ。

#### ③ ニースリーブ

J P A ルール規格に即したニースリーブ。

一般的なスポーツ用品店やホームセンターで販売されているパッド付きの物やマジックテープ付きの物は使用出来ません。また、パワーリフティング用品専門店であってもdouble、triple と表記されている物やゴムが仕込まれている物はJ P Aルール (IPF ルール規格) に違反しており、使用できません。

※ 詳細は、J P Aルールブック等にて確認して下さい。

# 記録証明書

大会名称 \_\_\_\_\_ パワーリフティング選手権大会

大会日時 西暦 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

大会会場 \_\_\_\_\_

高等学校名 \_\_\_\_\_ 高等学校

選手氏名	階級	トータル記録	学年	**
	kg級	, kg	年	
	kg級	, kg	年	
	kg級	, kg	年	
	kg級	, kg	年	
	kg級	, kg	年	

以上、記録証明いたします。

\_\_\_\_\_ パワーリフティング 協会・連盟

公印

# 推薦書

全日本高等学校パワーリフティング連盟理事長 殿

高等学校名 \_\_\_\_\_立\_\_\_\_\_高等学校

選手氏名 \_\_\_\_\_ ( 年 月 日生) (第 学年)

参考記録 トータル \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ kg

出場階級 \_\_\_\_\_ kg級

上記の者について、全日本高等学校パワーリフティング選手権大会の参加資格を有すると認め、推薦いたします。

年 月 日

1、全日本高等学校パワーリフティング連盟理事

高等学校教諭

(氏名)

印

2、 \_\_\_\_\_ パワーリフティング協会・連盟

理事長 (氏名)

公印

\*\*\* 1または2のいずれか一方に記入して下さい

# 全日本高等学校パワーリフティング選手権大会参加資格規定

## 〔1〕参加資格

- 1, 原則として学校教育法で定める日本在住の全日制・定時制の高等学校生徒であること。  
～ 但し、全日制高等学校生徒については入学年度より3年間（入学年度4月7日～卒業年度3月20日）、定時制高等学校生徒については満18歳となる年度の3月20日までとする。
- 2, 以下のいずれかに該当すること。
  - A, 全日本高等学校パワーリフティング連盟地区ブロック連盟により選抜されること。
  - B, 全日本高等学校パワーリフティング連盟理事長により推薦されること。
  - C, 全日本高等学校パワーリフティング選手権大会の「標準記録」を突破すること。  
～但し、認定の対象競技会は、〔2〕に定める競技会のみとする。
  - D, 「推薦」に該当する者であること。

## 3, 参加資格の特例

上記に定める生徒以外で、当該競技実施要項により大会参加資格を満たすと判断され、全日本高等学校パワーリフティング連盟理事長若しくは、都道府県高等学校パワーリフティング連盟理事長（都道府県パワーリフティング協会理事長）が推薦した生徒について、大会参加資格の別途に定める規定に従い大会参加を認める。

### 【大会参加資格の別途に定める規定】

1. 学校教育法第72条、115条、124条、及び134条の学校に在籍し、都道府県高等学校パワーリフティング連盟の大会に参加を認められた生徒であること。
2. 以下の条件を具備すること。
  - (1) 大会参加資格を認める条件
    - ア. 本連盟の活動の目的を理解し、それを尊重すること。
    - イ. 参加を希望する特別支援学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校にあっては、学齢、修業年限ともに高等学校と一致していること。また、広域通信制連携校の生徒による混成は認めない。
    - ウ. 各学校にあっては、都道府県高等学校パワーリフティング連盟の予選会から出場が認められ、全国大会への出場条件が満たされていること。
    - エ. 各学校にあっては、部活動が教育活動の一環として、日常継続的に責任ある顧問教員の指導のもと適切に行われており、活動時間等が高等学校に比べて著しく均衡を失することなく、運営が適切であること。
  - (2) 大会参加に際し守るべき条件
    - ア. 大会開催基準要項を遵守し、大会申し合わせ事項などに従うとともに、大会の円滑な運営に協力すること。
    - イ. 大会参加に際しては、万一の事故の発生に備えて障害・賠償責任保険に加入しておくなど、万全の事故対策を講じておくこと。
    - ウ. 大会開催に要する経費については、応分の負担をすること。
- 4, チーム編成において、全日制課程、定時制課程、通信制課程の生徒による混成は認めない。

## 〔2〕標準記録突破の認定の対象となる競技会

- A, 在籍する高等学校の所在地の全日本高等学校パワーリフティング連盟各都道府県連盟主催の全日本高等学校パワーリフティング選手権大会地区予選会
- B, 在籍する高等学校の所在地の日本パワーリフティング協会各都道府県協会主催の当該年度春季パワーリフティング選手権大会
- C, 2023 年度第 2 学期始業式以降、全日本高等学校選手権大会申込み〆切日前日までの期間に行われる日本パワーリフティング協会公認パワーリフティング競技会

## 〔3〕標準記録突破の証明

標準記録を突破する記録を樹立した競技会の主催協会（連盟）の発行する「記録 証明書」または日本パワーリフティング協会各都道府県協会及び全日本高等学校パワーリフティング連盟各都道府県連盟発行の標準記録を突破した大会記録を記載した賞状のコピーを、全日本高等学校選手権大会の参加申込み書に添えて、全日本高等学校パワーリフティング連盟事務局に提出する。

## 〔4〕「推薦」に該当する者について

上記〔1〕-1 の条件を満たす者で、正当な理由により〔2〕に定める競技会に参加できなかったが標準記録相当の実力を有すると認める選手等について、在籍する高等学校の所在する都道府県高等学校パワーリフティング連盟及び全日本高等学校パワーリフティング連盟または日本パワーリフティング協会各都道府県協会の発行する「推薦書」の提出をもって参加資格を認める。



# 2024年度

## 全日本高等学校パワーリフティング選手権大会

## 全日本選抜高等学校パワーリフティング選手権大会

### 大会標準記録一覧表（ノーギア）

男子		女子	
階級	高校	階級	高校
53kg級	250.0kg	47kg級	115.0kg
59kg級	290.0kg	52kg級	115.0kg
66kg級	330.0kg	57kg級	120.0kg
74kg級	360.0kg	63kg級	120.0kg
83kg級	370.0kg	69kg級	125.0kg
93kg級	380.0kg	76kg級	125.0kg
93kg超級	390.0kg	76kg超級	125.0kg

# 全日本高等学校パワーリフティング選手権大会 参加申込書兼記録票

予め太枠内及び契約書欄に記入し、捺印の上申し込んでください。

申込階級 (欄にサブジュニアの階級も記入)		氏名(フリガナ)		性別	選手登録番号	都道府県名:	
kg級( kg級)		( )		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子		高等学校名:	
連絡先・住所・電話番号(学校登録校の生徒は、顧問教員名と学校の住所・電話番号)						突破記録(令和 年 月 日)	
						大会名:	
						トータル: kg	
No.	コート	面	検量体重	生年月日(西暦)		学年	日本記録挑戦の予定
			kg	年	月	日	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし
	ベルト	ツリパン	Tシャツ	シューズ	ソックス	ニススリーブ	リストラップ
	印	印	印	印	印	印	印

スクワットのラック高さ	cm	ベンチプレスのラックの高さ	cm (穴 個目)
(同セーフティバーの高さ)	cm	(同セーフティバーの高さ)	cm (穴 個目)
※会場で検量時に第1試技の重量とラックの高さを記入して提出すること		同センター補助	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要
		同足台	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要

種目	第1試技	第2試技	第3試技	トータル
スクワット	kg	kg	kg	kg
	kg			
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg
	kg			
デッドリフト	kg	kg	kg	kg
	kg			

登録確認印	参加費領収印
-------	--------

順位	位	トータル	kg
----	---	------	----

公益社団法人日本パワーリフティング協会 御中

下記の生徒について、2024年7月21日(日)サイデン化学アリーナにて開催される第42回全日本高等学校パワーリフティング選手権大会の参加申込みを致します。本大会への参加に当たり、開催期間中に発生した事故やトラブルについて、大会主催者に対し将来に渡って一切の請求等を行わないことを誓約致します。また、本人を含む会場風景や競技中の写真を、全日本高校パワーリフティング連盟の大会ポスター等の広報活動に利用されることを了承致します。なお、参加費につきましては、理由の如何を問わず、返されないことを了承致します。

年 月 日

保護者氏名 印