

第 21 回 鹿児島県パワーリフティング選手権大会

第 21 回 鹿児島県ベンチプレス選手権大会

第 77 回いちご一会とちぎ国体とちぎ大会鹿児島県予選会

### 開催要項

1. 日 時 令和 4 年 4 月 24 日 (日)  
受付、検量、コスチュームチェック (8:30～)  
競技開始 10:30 (予定) 開会式は無しの予定
2. 会 場 (090-2398-1405)  
〒894-0027 鹿児島県奄美市名瀬末広町 9-6 旧モトノ貸室  
**※当日の問い合わせ連絡先** 富 輝次 (090-8726-4379)  
実島 可斉 (090-7453-9973)
3. 主 催 鹿児島県パワーリフティング協会  
会 長 実島 可斉 (大会実行委員長)
4. 主 管 奄美市パワーリフティング協会  
会 長 保 裕道  
理事長 富 輝次(大会副実行委員長)
5. 後 援 JPA(社)日本パワーリフティング協会
6. 参加資格 令和 4 年度の J P A 選手登録済みで、大会当日満 14 才以上の日本国籍を有する男女  
又は過去 1 年以上適法な在留資格に基づき日本に滞在している外国籍の男女。大会会場での選手登録は受け付けない。  
★選手登録 ・選手登録は [\(公社\) 日本パワーリフティング協会ホームページ](#)▶  
各種窓口・お手続き▶選手・審判 団体の登録欄 から大会申込までに登録を完了してください。  
・ 登録の確認ができない選手の記録は全て無効となります。  
・ 鹿児島県外出場者はオープン参加になりますが JPA 公認になります。  
・ 申込み階級と当日の検量が相違する場合はオープン参加となりますのでご注意ください(オープン参加者については表彰対象外)。
7. 競技方法 ノーギア・フルギア競技の J P A ルールによるラウンド制(1 面)
8. 競技規定 ○パワーリフティング競技 ( J P A ルールに準ずる 3 種目)。  
・ SQ (スクワット)・BP (ベンチプレス)・DL (デッドリフト)  
ノーギア・フルギア両競技実施。  
○ベンチプレス競技 (JPA ルールに準ずる 1 種目)  
・ BP (ベンチプレス)

ノーギア・フルギア両競技実施。ダブルエントリー可。

9. 部 門
- ①サブジュニア・・・大会当日満 14 才以上～カレンダーイヤー18 才
  - ②ジュニア・・・カレンダーイヤー19 才～23 才
  - ③一般の部・・・満 14 才以上
  - ④マスターズ I・・・カレンダーイヤー40～49 歳
  - ⑤マスターズ II・・・50～59 歳
  - ⑥マスターズ III・・・60～69 歳
  - ⑦マスターズ IV・・・70 歳以上～
  - ⑧マスターズ V・・・80 歳以上(新設)

※カレンダーイヤーの年齢とは、開催年の 1 月 1 日から 12 月 31 日の間に誕生日となった時の年齢(大会開催年の 12 月 31 日時点の年齢)。

10. 参加区分
- ・鹿児島県パワーリフティング選手権大会(ノーギア・フルギア)
  - ・鹿児島県ベンチプレス選手権大会(ノーギア・フルギア)
  - ・いちご一会とちぎ国体とちぎ公開競技鹿児島県予選会
- 各階級上位 3 名が鹿児島県予選を通過になり国体九州ブロック大会予選[R4.6 月 25 日 26 日.開催県～佐賀県] に出場になります。※国体予選は一般の部のみ  
ノーギア SQ (スクワット)・BP (ベンチプレス)・DL (デッドリフト)

11. 階 級
- 男 子 53,59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, 120kg 超級
- 女 子 43,47, 52, 57, 63, 69, 76, 84, 84kg 超級 (※赤新階級)
- (男子 53、女子 43 kg 級はジュニア、サブジュニアのみ)

12. 表 彰 各部門 1～3 位メダル、4～6 位賞状

13. 参 加 費
- 一般 ¥5,000 (振込)
- 学生(高校生を除く) ¥4,000 (振込)

国体選拔出場希望者は申込兼記録表に一般・国体両方を入れて下さい

(一般兼国体予選出場者はメダル 1、賞状 2)

高校生 ¥3,000 (振込)

国体予選は一般参加費兼用

14. 服 装 JPA に準ずるコスチューム

★(公社)日本パワーリフティング協会 [HP ルール欄参照](#) 以下主となるもののみ掲載  
(フルギア)

①ニーラップ・スーパースーツ・ベンチシャツ・ツリパン・リフティングベルト・リ  
ストラップ使用可。ベンチシャツ縫い縮め何度でも可。

②デッドリフト競技ではハイソックスを必ず着用。

(ノーギア)

- ① ツリパンと T シャツを原則とする。
- ② T シャツは何色でも良い。スクワット及びベンチプレス競技の際は必ず着用。
- ③ T シャツは袖が肘より長いものや、ノースリーブ.V ネックは不可。
- ④ ベルト、リストラップ、ニースリーブの使用可。
- ⑤ デッドリフト競技ではハイソックスを必ず着用。
- ⑥ 滑り止めが付いた靴下は不可。

★申込方法 : 参加費を所定の口座に振り込み、参加申込書に必要事項を記入の上、選手 ID を記入して下記申し込み先宛に送付して下さい。

選手登録費については各自で JPA へ振込をお願いします。

注意事項・その他・会場内では、安全上の注意事項を厳守して下さい。

- ・ スタッフはマスク着用 選手試技時マスク未着用可。
- ・ ゴミは必ず持ち帰って下さい。
- ・ 競技エリアには、選手と大会関係者以外の立ち入りを禁止します。
- ・ 会場内は土足禁止となっています。内履きをご利用下さい。
  - ・ 参加選手が未成年の場合、保護者の記名捺印による書面了解が必要です。JADA または JPA の HP (情報公開>ガバナンスコード・規程>競技会開催に関する規定類>ブロック大会・地方大会開催マニュアルに掲載) より「[18 歳未満競技者親権者同意書](#)」新書式を印刷し、提出してください。
- ・ 安全に関する注意事項遵守をお願いします。
  - ・ 健康対策遵守で大会に望んで下さい。

・ 送付先 : 894-1510 鹿児島県大島郡瀬戸内町古仁屋瀬久井西 13-4

鹿児島県パワーリフティング協会 実島 可斉

携帯 090-7453-9973 [yokahoyo@yahoo.co.jp](mailto:yokahoyo@yahoo.co.jp)

・ 振込先 ゆうちょ口座間送金の場合

ゆうちょ銀行【記号】17940 【番号】05162091

カゴシマケンパワーリフティングキョウカイ

他銀行からお振込みの場合

ゆうちょ銀行【店名】七九八(ナナキユウハチ)【店番】798

【預金種目】普通預金 【口座番号】0516209

カゴシマケンパワーリフティングキョウカイ

・ 申込締切 : 令和4年4月12日(火) 締切厳守

**第21回鹿児島県パワーリフティング選手権大会  
第77回いちご一会とちぎ国体鹿児島県予選会**

参加申込書兼記録表

選手ID	
------	--

※予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上お申し込み下さい。

N o .	申込階級	氏名 (ふりがな)	性別	生年月日
	kg級		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	西暦 年 月 日 カレンダーイヤー 歳
参加区分 (☑をつける)	<input type="checkbox"/> 国体 <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> マスターズⅠ・Ⅱ・Ⅲ・Ⅳ・Ⅴ <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> サブジュ			
カテゴリ (☑をつける)	<input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア			
検 量	所属都道府県	所属クラブ・団体		
kg				
検量確認者名				
コスチュームチェック	チェック確認者			
スクワットのラック高	上から 段目	ベンチプレスラック高さ	上から	段目
同セーフティバー高	上から 段目	同セーフティバー高	上から	段目
※会場で検量時、第一試技の重量とラック高を記入して受付に提出してください。	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		
第 1 試技		第 2 試技	第 3 試技	記録
スクワット	kg	kg	kg	kg
	変更 kg			
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg
	変更 kg			
デッドリフト	kg	kg	kg	kg
	変更 kg			
TOTAL		kg	TOTAL順位	位

過去のベスト記録(必ず記入のこと)

スクワット	ベンチプレス	デッドリフト	TOTAL	今大会への意気込み等
kg	kg	kg	kg	

誓 約 書

鹿児島県パワーリフティング協会 御中

・本大会の参加に際して、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をおかけしません。また、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。

・又日本アンチドーピング機構が定めるドーピング防止規定及び関係規則類遵守しJPAのアンチドーピング活動に従います。

令和 年 月 日 署名 印

## 第21回鹿児島県ベンチプレス選手権大会

### 参加申込書兼記録表

選手ID	
------	--

※予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上お申し込み下さい。

No.	申込階級	氏名（ふりがな）	性別	生年月日
	kg級		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	西暦 年 月 日 カレンダーイヤー 歳
参加区分（☑をつける）		<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> マスターズⅠ・Ⅱ・Ⅲ・Ⅳ・Ⅴ <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> サブジュニア		
カテゴリ（☑をつける）		<input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア		
検量		所属都道府県	所属クラブ・団体	
		kg		
検量確認者名				
コスチュームチェック		チェック確認者		
ベンチプレスラック高さ		上から 段目	同セーフティバー高	上から 段目
※会場で検量時、第一試技の重量とラック高を記入して受付に提出してください。		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	
	<b>第1試技</b>	<b>第2試技</b>	<b>第3試技</b>	<b>記録</b>
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg
第1試技変更	kg	第3試技変更1	kg	kg
		第3試技変更2	kg	kg
<b>TOTAL</b>		<b>kg</b>	<b>順位</b>	<b>位</b>

過去のベスト記録(必ず記入のこと)

ベンチプレス	今大会への意気込み等
kg	

### 誓約書

鹿児島県パワーリフティング協会 御中

・本大会の参加に際して、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をおかけしません。また、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。

・又日本アンチドーピング機構が定めるドーピング防止規定及び関係規則類遵守しJPAのアンチドーピング活動に従います。

令和 年 月 日 署名

(印)