

第 1 回 晴れの国チャレンジベンチプレス大会 開催要項

日 時 令和4年12月24日(土)
15時00分～ 開場・選手受付
検量・コスチュームチェック
16時15分～ 開会式
17時00分～ 試技開始

*上記は予定です。

詳細なスケジュール等は、エントリー締切後に発表致します。

会 場 〒700-0012
岡山市北区いずみ町 2-1-3
ジップアリーナ岡山 サブアリーナ (岡山県総合グラウンド内)

主 催 岡山県パワーリフティング協会
協 力 岡山大学体育会ウェイトトレーニング部
後 援 (公財) 岡山県スポーツ協会【予定】
(公社) 日本パワーリフティング協会【予定】

競技方法 **JPA (日本パワーリフティング協会) 公認の部**
1) JPAルールに基づくベンチプレス競技とします。
2) ノーギア競技・フルギア競技どちらも実施します。
3) ノーギア競技・フルギア競技のダブルエントリーも可能とします。
なお、検量は最初に出場するグループでの1回のみとします。

チャレンジの部 (JPA非公認)

- 1) 1人3試技までとします。
- 2) ジャージやTシャツ短パンなど、運動ができる服装
- 3) 室内用運動靴を履いてください。
- 4) ベルト、リストラップ等の使用は認めますが、ベンチシャツ、ベンチプレスサポーター (スリングショット等) の使用は不可とします。

※詳細は、別途「チャレンジの部 参加者のススメ」を掲出しますので、ご確認ください。掲出の際には、SNS等でお知らせします。

階 級 **JPA公認の部**
女子 (8階級) : 47kg、52kg、57kg、63kg、69kg、76kg、84kg、84kg 超級
男子 (8階級) : 59kg、66kg、74kg、83kg、93kg、105kg、120kg、120kg 超級
※男女とも年齢別のカテゴリーは設けず、「一般」開催のみです。

チャレンジの部（JPA非公認）

女子（2階級）：55kg以下、55kg超

男子（3階級）：60kg以下、80kg以下、80kg超

参加資格

JPA公認の部

- ①満14歳以上の健康な男女で、日本に1年以上在住していること。
ただし、本戦大会開催年の4月1日現在、14歳以上であること。
- ②令和4年度JPA登録選手であること。
参加申込書に選手IDナンバーの記入が必要です。

チャレンジの部（JPA非公認）

- ①健康であること。その他、特に制限はありません。
- ※JPA登録選手がチャレンジの部（JPA非公認）に参加する際、JPA「競技者等に関する倫理規定」第4条（競技者の禁止事項）第2項に定められている非公認大会参加の届出書の提出は不要です。（JPA「非公認大会の参加可否に関する運用基準」第5条（除外事項）第1項（1）に該当するため。）

大会参加費

JPA公認の部

5,000円（傷害保険込み）

※ダブルエントリー8,000円（傷害保険込み）

チャレンジの部（JPA非公認）

2,000円（傷害保険込み）

表彰

部門ごと：参加者全員に表彰状を授与
ベストリフターに表彰状を授与（JPA公認の部のみ）

選手登録

JPA規定に基づく。

注）令和4年度分が未登録の方は、必ずご登録下さい。

なお、平成28年7月1日からは、すべての登録窓口はJPA本部管轄となっております（各都道府県単位では行いません）。

JPAホームページ（各種窓口・お手続き）

<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/contact.php>

※チャレンジの部のみ参加の場合は、選手登録必須ではありません。



申込方法

- ①申込フォームによる申し込み

Google Forms を利用した WEB 申込を実施します。

なお、参加費は所定の口座にお振込み下さい。

申込フォーム直通QRコード（申込部門を間違えないよう気を付けてください。）



J P A公認の部



チャレンジの部

参加申込書兼記録表及びアンチドーピングに関する誓約書（J P A公認の部のみ）及び接種医薬品・サプリメント申告書（J P A公認の部のみ）は、当日選手受付にて、氏名を自署いただいた後にお渡しますので、選手本人が印刷等の準備をする必要はありません。

②郵送による申し込み

参加申込書およびアンチドーピングに関する書類（J P A公認の部のみ）に必要な事項をご記入のうえ、郵送にて送付してください。記入漏れがある場合は、不受理となる場合がございます。

なお、参加費は所定の口座にお振込み下さい。

★参加申込書等の提出について

提出書類

- 参加申込書兼記録表
- アンチドーピングに関する誓約書及び接種医薬品・サプリメント申告書（J P A公認の部のみ）

提出書類に必要な事項を記入（誓約書は自署必須）のうえ、原本を以下の住所まで送付してください。（申込フォームによる申し込みの場合は、原本送付不要です）

【送付先住所】

〒700-0016 岡山県岡山市北区伊島町2-11-12-102
岡山県パワーリフティング協会 吉岡秀明 宛

★参加費振込先

中国銀行 瀬戸支店 普通 1513751
岡山県パワーリフティング協会事務局 野上広志

※振込依頼人は、必ず参加選手名でお願い致します。異なる場合は事務処理が出来ない場合がございます。

申込〆切

令和4年12月8日（木）19：00 まで必着

必ず〆切までに①申込書の提出、②参加費振込、③選手登録、④アンチドーピング書類（JPA公認の部のみ）の提出を済ませて下さい。

※ 上記日時までに申込・選手登録・参加費振込すべて完了している者のみエントリーを受理します。いかなる理由の場合でも、以降の手続きは受け付けません。
また、〆切以降の返金に関しても一切応じかねます。

お問合せ

大会事務局 吉岡（ e-mail : okayama.power@gmail.com ）

使用器具

ラック ELEIKO、バー BULL を予定

会場案内

〒700-0012

岡山市北区いずみ町 2-1-3

ジップアリーナ岡山 サブアリーナ（岡山県総合グラウンド内）

※バスでのご来場：JR 岡山駅運動公園口から約 3 分（スポーツセンター前下車）

JR 岡山駅後楽園口から約 9 分（スポーツセンター前下車）

※車でのご来場：山陽自動車道岡山 I.C から南へ約 5km、約 10 分

※徒歩でのご来場：JR 岡山駅運動公園口から北へ約 1.5km、約 20 分

※敷地内に有料駐車場・無料駐輪場がございます。

駐車料金

普通車（軽四を含む）（最大料金はございません。）

1 台 30 分を超え 1 時間ごとに 100 円 ※最初の 30 分間は無料



新型コロナウイルス感染症対策について

(公社)日本パワーリフティング協会の運用ガイドラインに即し、以下による新型コロナウイルス感染症対策を講じたうえで大会を開催することといたします。

全般：

1. 選手、補助員、会場進行係、審判、陪審員等会場に入場する全ての人はマスクを着用し、手洗いをまめに行ってください。但しウォームアップ中、試技中の選手においてマスク着用は可能な範囲で結構です。
2. 選手、補助員、会場進行係、審判、陪審員等は以下のような事例があった場合は参加を見合わせて下さい。
 - a. 体調がよくない場合（例:発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）
 - b. 同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる、若しくは感染が疑われる人と接触した場合
 - c. 過去 14 日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合
3. 選手、補助員、会場進行係、審判、陪審員等会場に入場する全ての人へ禁煙を推奨します。

大会会場：

1. 入場時に検温および手のアルコール消毒及を行い、当日の体調を報告してください(名簿に記録を残す)。体温が 37.5 度以上の場合は入場できません。
2. 手でドアノブに触れないで良い様に会場のドアは開放しておいてください。
3. 可能な限り換気を行い、空気の入替えを行います。
4. 競技終了後の選手は速やかに帰宅してください。
5. 有観客とし、セコンドは選手 1 名に対して 1 名までとします。但し、新型コロナウイルスの感染状況により変更することもあります。変更する場合は事務局からHP等で連絡します。

ウォーミングアップ場：

1. 器具（プレートやシャフト）は都度消毒用アルコールで拭いてください。
2. 次の競技の順番を待つ選手のみウォーミングアップできるようにしてください。

3. 順番を待つ選手の間隔は出来るだけ2 m程度空けてください。
4. 選手は可能な限りはマスクを着用してウォーミングアップしてください。

競技中：

1. 審判、陪審員等全ての役員はマスクを着用します。
2. 主審はマスク、手袋に加えフェイスシールドを着用し、号令をかける際に飛沫が飛び散らないようにします。
3. 補助員は全員マスクと滑り止め付き軍手を着用します。
4. 待機中の選手は出来るだけ2 m程度の間隔をもって待機してください。
5. シャフトは都度消毒用アルコールで拭いてください。
6. タンマグは使用しないでください。自身で必要とする場合は液体の滑り止めを用意してください。

第 1 回晴れの国チャレンジベンチプレス大会 参加申込書 兼 記録表

・予め太枠内及び誓約書欄に記入し、申込んで下さい。(※誓約書氏名欄は、本人署名必須)

No.	申込階級	氏名(ふりがな)	ID ナンバー	性別	生年月日(西暦)
	kg 級	()		男・女	年 月 日 カレンダーイヤー 歳
参加区分	一般	<input type="checkbox"/> ノーギア	<input type="checkbox"/> フルギア		
検量	セッション	所属都道府県	所属クラブ・団体		
kg					
本大会への意気込み等					

ラックの高さ	セーフティの高さ	センター補助	足台
段目	段目	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要

	第 1 試技	第 2 試技	第 3 試技	ベスト	
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	
※会場で検量時、第 1 試技の重量とラック高さ等を記入して提出すること		第 3 試技 変更 1	kg	順位 位	
		第 3 試技 変更 2	kg		

誓 約 書

年 月 日

岡山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、参加者本人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致しません。

又、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。

・本大会の参加者本人を含む会場風景や競技中の写真等を J P A の事業活動のために利用されることについて了承します。

・日本アンチ・ドーピング機構が定める日本アンチ・ドーピング規程及び関係規則類並びに J P A のドーピング防止規程を遵守します。

住 所 〒 _____

TEL _____ FAX _____

氏 名 _____ E-mail : _____

(チャレンジの部)

第1回晴れの国チャレンジベンチプレス大会 参加申込書 兼 記録表

・予め太枠内及び誓約書欄に記入し、申込んで下さい。(※誓約書氏名欄は、本人署名必須)

No.	申込階級	氏名(ふりがな)	性別	生年月日(西暦)
	kg 級	()	男・女	年 月 日 歳
検量	セッション	本大会への意気込み等		
kg				

ラックの高さ	セーフティの高さ	センター補助	足台
段目	段目	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要

	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト	順位
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	位

誓約書

年 月 日

岡山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、参加者本人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致しません。
又、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。
- ・本大会の参加者本人を含む会場風景や競技中の写真等を岡山県パワーリフティング協会の事業活動のために利用されることについて了承します。

住所 〒 _____

TEL _____ FAX _____

氏名 _____ E-mail: _____