

第16回青森県パワーリフティング選手権大会
第9回青森県ベンチプレス選手権大会
記録挑戦会（非公認大会）

— 開催要項 —

- 開催日時** 令和4年4月17日(日) 開会式：10:00～
(短時間にて競技進行等の説明程度)
競技開始：10:30～
※日程の詳細はエントリー締め切り後に協会HPに掲載します。
- 会場** 東奥義塾高等学校 体育館
弘前市大字石川字長者森61-1 TEL 0172-92-4111～5
- 選手受付** 8時30分～ 受付後、検量及びコスチュームチェックを行う。
- 主催** 青森県パワーリフティング協会
- 後援** (公社)日本パワーリフティング協会 (J P A)
- 競技内容** パワーリフティング(スクワット・ベンチプレス・デッドリフト)
ベンチプレス
記録挑戦会 スクワット・ベンチプレス・デッドリフトから挑戦する種目
を選択する
例1：スクワットのみ、例2：スクワット、デッドリフト
例3：ベンチプレスのみ等、組み合わせは自由とする。
- 競技方法** (公社)日本パワーリフティング協会競技規則に基づくラウンドシステムに
て、ノーギア・フルギアの2部門で行う。
選手は、出場申込書のパワー、ベンチ、記録挑戦のいずれかを選択、か
つ、ノーギア、フルギアの選択を必ずチェックを入れること。
- 階級** ○男子
53kg級※ 59kg級 66kg級 74kg級 83kg級 93kg級 105kg級
120kg級 120kg超級の各階級 ※(ジュニア・サブジュニアのみ)
○女子
43kg※ 級47kg級 52kg級 57kg級 63kg級 72kg 84kg級
84kg超級の各階級 ※(ジュニア・サブジュニアのみ)
※ 記録挑戦会の選手も検量を行います。
- 出場資格** 青森県内在住の満14歳以上の心身ともに健全なアマチュア競技者。
(新型コロナウイルス感染症対策のため県内選手のみとする)
令和4年度 J P A 登録選手であること。
※申込書の所定欄に J P A より発行された「**選手 I D**」を記載のこと。

選手登録 選手登録については、団体登録選手は所属団体責任者、個人登録選手は選手個人がJPAホームページを確認のうえ直接行ってください。
※記録挑戦会へ出場する選手は選手登録不要。

服 装 [パワーリフティング選手権大会・ベンチプレス選手権大会]
ノーギア：リフティングスーツ(ツリパン)・Tシャツを原則とするが、リフティングスーツの代用として、ショートスパッツ(膝頭が見える長さ)の着用を認める。ロングスパッツ・短パンは不可。
ニースリーブ：使用可
リストラップ：使用可(長さ100cm以内)
ベルト：厚さが均一でないもの、ループが2本付いているものは使用不可。

フルギア：スーパースーツ・ニーラップ・ベンチシャツ等の着用を認める。

※ノーギア・フルギアともに、デッドリフト競技の際は、Tシャツ及び膝下までのハイソックスを必ず着用すること。選手は競技開始前にコスチュームチェックを義務付ける。その他、服装及びルールについてはJPAホームページよりルールブックを参照のこと。

[記録挑戦会(非公認大会)]

- ・ジャージやTシャツ、短パン等、運動ができる服装(ツリパン着用可)。
- ・室内運動用の靴を履くこと。
- ・ベルト、リストラップ、ニースリーブ着用化。

※記録挑戦会参加選手のコスチュームチェックは行いません。

表 彰 各階級1～3位はメダルと賞状、4～6位は賞状を授与
記録挑戦会出場者の場合、公認記録となりませんが記録認定証を授与

出 場 費 一般：5,000円 ジュニア・サブジュニア：3,000円
記録挑戦会：2,000円 (いずれもスポーツ障害保険料を含む)

出場費の振込み先口座

ゆうちょ銀行 八四八店 普通口座 1121882 名義人 アベヤスシ
大会事務局 〒030-0851 青森市旭町三丁目4-8コーポ木村 B-3
青森県パワーリフティング協会事務局 阿部 靖

申込方法 出場費を上記大会事務局の口座に振り込み又は、現金書留にて納付のこと。
申込書に必要事項を記入し、上記事務局宛てに3月31日(木)必着厳守で申し込むこと。

※申込期日までに、申込書・出場費の双方の納入を完了すること。
片方のみの申込みは受理しない。

申込書については、必ず捺印し、☑及び記入漏れがないこと。

4月1日以後に送付された申込書については受理せずに返還する。

その他

- ①本大会は無観客とし、選手・大会関係者以外は会場への入場不可とする。
- ②当日受付時に全員の検温を実施、問診票に記入する。
- ③入退場の際は必ず手の消毒を行う。(会場に消毒液を設置)
- ④選手1名にセコンドは1名までとする。
- ⑤会場内は全員(選手・大会関係者) マスク着用を義務とする。
選手は、アップ・試技の際は可能な範囲でマスク着用にご協力下さい。
ただし、アップ・試技以外はマスク着用を義務とします。
- ⑥JPA ホームページ上のコロナ対策ガイドラインを事前に確認して下さい。
当日、大会運営側からも説明を行います。
- ⑦新型コロナウイルス感染症の状況により、大会日程が変更又は中止となる場合があります。
青森県パワーリフティング協会ホームページをご確認下さい。
(<http://aomoripower.jp>)

問合せ先

大会事務局 阿部 靖 TEL 090-9747-3606
三浦 大輔 TEL 090-1602-5939

第16回青森県パワーリフティング選手権大会

第9回青森県ベンチプレス選手権大会

記録挑戦会（非公認大会）

※↑出場する大会にチェックを入れてください

出場申込書・記録カード・誓約書

No.	階級	氏名		都道府県	登録区分
	<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子 <input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア 出場階級 _____kg級	フリガナ			<input type="checkbox"/> 個人 <input type="checkbox"/> 団体 所属ジム・練習場等
		選手ID	セコンド		有・無

↑チェックを入れてください

種目	第1試技	第2試技	第3試技	記録
スクワット	kg			
	(重量変更) kg	kg	kg	kg
ベンチプレス	kg			
	(重量変更) kg	kg	kg	kg
デッドリフト	kg			
	(重量変更) kg	kg	kg	kg

IPFポイント	
順位	

重量変更1	トータル
kg	kg
重量変更2	階級順位
kg	

スクワット		ベンチプレス			
ラック高	セーフティバー	ラック高	セーフティバー	センター補助	足台
段目	段目	段目	段目	有・無	有・無

検量体重	審判員	コスチュームチェック								
		Tシャツ	シューズ	ベルト	ツリバン	リストラップ	ニースリーブ	Sスーツ	Bシャツ	ニーラップ
kg		枚	足	本	枚	組	組	枚	枚	組

誓約書

2022年 月 日

青森県パワーリフティング協会 御中

私は本大会出場に際し、大会開催中の事故、並びに事故により発生した障害、疾病等について、その責任の全ては自身にある事を認め、大会主催者や個人、及び関係機関に対し一切の迷惑をおかけしないと共に、将来にわたって一切の請求を致しません。また、今後、ドーピングチェックにおいて薬物使用等の反則行為が発覚した場合についても責任の全ては自身にあるものとし、JPA規定の罰則金等は全て自身が支払うことを誓約いたします。

住 所 〒 _____

氏 名 _____ 印 _____ TEL _____ () _____

生年月日 (西暦) _____ 年 _____ 月 _____ 日生 満 _____ 歳

※太線枠内を記入すること 各チェック・捺印を忘れずに！(太枠以外は大会当日記入)