



OKINAWA POWERLIFTING ASSOCIATION

OPA 発第 26号通達  
2022 年 12 月 12日公印省略

沖縄県パワーリフティング協会  
理事長 糸 洸 真 一

# OKINAWA

## 2023 ウィンター シングルベンチプレス コンテスト (公認) 2023 ウィンター マラソンベンチプレス コンテスト (非公認)

開催要項書はしっかりと全文お読み下さい。

新型コロナウイルス感染防止の観点より、無観客・最小人数での運営開催とします  
大会当日の朝は自宅にて各自検温してください 37.5 度以上体温がある方は会場に来ないで下さい  
☆【必要最小限の人員での運営予定】です。お間違いない様をお願いいたします

☆選手・加盟団体様へ、OPA の行う大会、OPA が行う事務方業務全ての取り決め、可/否等に関しての決済業務は全て（執行部役員会にて）取決めます。  
(例：審判員、陪審員、テクニカルコントローラー、補助員の構成配置取決め等)

1. 主 催：日本パワーリフティング協会
2. 主 管：OPA・沖縄県パワーリフティング協会
3. 日 時：2023年 2 月 12 日（日曜日）  
受付・11：00 検量・コスチュームチェック 11：30～13：10  
開会式 13：15～ 競技開始・13：30～

(あくまでも予定です。事前は Web 等、当日は会場内のアナウンスを良く聴いて下さい。)

4. 会 場：県立武道館トレーニング室 (TEL：858-2700)  
〒900-0026 那覇市奥武山 52 番地
5. 競技規定：JPA ルールに準ずるベンチプレス競技+OPAマラソンベンチプレス競技
6. 部 門：**\*2023 ウィンター シングルベンチプレス コンテスト (公認)**  
男女一般・サブジュニア・ジュニア・  
\*マスターズ・クラシックの部、エキップの部  
**\*2023 ウィンターマラソンベンチプレスコンテスト (非公認)**  
男子一般は (74kg級迄=100%・83kgは95%)・Sjr・Jr・マスターズM1・M2・M3・M4は  
(検量体重の75%重量) 女子に関しては (検量体重の60%重量) とする。  
その回数を競うものとする。またこのカテゴリーはクラシックのみとする。  
**但し男子一般の93KGを含む上の階級は試技重量を90KGに設定する。**
7. 階 級：**\*2023 ウィンター シングルベンチプレス コンテスト (公認)**  
男子9階級 (53\*59、66、74、83、93、105、120、120 超級)  
女子8階級 (43\*、47、52、57、63、69、76、84、84k 超級) \* =サブジュニア  
  
**: \*2023 ウィンターマラソンベンチプレスコンテスト (非公認)**  
男子 = (59kg~74kg・83kg以下・93kg超~) 女子 = 階級分け無し。

8. 表彰：男女各部門 1 位～5 位までに賞状の授与  
ベストリフター1 名にトロフィーを授与。

ただし各競技とも出場者 10 名以下の場合にはトロフィーの授与はありません。

10. 参加資格：\* 県内在住で日本国籍を有する満 14 歳以上の男女、または過去 1 年以上日本に滞在している満 14 歳以上の外国籍の方である事、令和5年2月12日開催の本大会出場者は 2022 年度 JPA の選手登録を既に済ませている選手である必要がある。  
\* 全ての出場選手はスポーツ安全保険に既に加入していることが必須条件である。  
\* (民法第 4 条) による 2022 年民法改正までの間の(成人に年齢引き下げ)18歳未満(未成年者：現行民法による)出場者は、親権者(法定代理人の)同意書が必要。  
\* 上記の法律契約行為を履行しなければ、如何なる人も出場の権利を喪失する。

11. 参加料：カレンダーイヤー (12 月 31 日まで) にカテゴリー分け

カテゴリー	保険加入者(支払済の方)	保険未加入者(未払いの方)
ベンチ(公認) 団体登録選手	6,000 円	8,000 円(内 2,000 保険料)
ベンチ(公認) 個人登録選手	7,000 円	9,000 円(内 2,000 保険料)
マラソンベンチ	1,000 円	3,000 円(内 2,000 保険料)
マラソンベンチ当日受付	2,000 円	4,000 円(内 2,000 保険料)

12. 申込方法：所定の申込用紙に必要事項を記入の上、誓約書に捺印し、必ず参加料+保険(¥2,000-、既に当年度加入されている選手は出場費のみ)を振り込んでから申し込んでください。  
(申込みは FAX での受付はしていません。原本郵送でお願いします。)  
普通郵便で現金を同梱同封しない事。参加費を同封する場合は必ず現金書留にする事。

金融機関へ振込支払いの場合は、ご入金控え(振込み明細)を同封添付すること。  
出場者選手には、スポーツ安全保険の加入を義務付けております。

出場者はスポーツ安全保険に加入されていませんと大会出場の資格を失います。  
公認競技は大会年度の JPA 選手登録(団体選手登録)及び(個人選手登録)は必須事項です。令和 4 年度(団体選手登録費 ¥5,000-)(個人選手登録費 ¥8,000-)  
デッドリフト・マラソンベンチは選手登録なくエントリー出来ますただし 18歳未満の出場者は親権者同意書を必ず同封の上お申込して下さい。

お振込先 金融口座：琉球銀行 泡瀬支店 店番517 普通 番号0814920  
口座名義人 沖縄県パワーリフティング協会  
参加費は基本上記の金融機関へのお振込でお願いします。

13. 申込締切：大会 10 日前の 2023 年 2 月 2 日 (木曜日) 必着 (消印ではありません)

14. 申込先：沖縄県パワーリフティング協会 本部 (糸 洌 真 一)

TEL：090-7399-6084

〒904-0034 沖縄市山内 2 丁目-7 番-17 号

(申込みは FAX での受付はしていません。原本を郵送でお願いします。持込持参対応出来ません。)

絶対に普通郵便で現金を同梱同封しない事。参加費を同封する場合は現金書留にする事。

- 申込用紙を送り先を間違えて送付し未着の場合、口座へのエントリー費が反映していても出場できない  
15. 保険：スポーツ安全保険(加入費 ¥2,000-) は年間掛け捨てです。大会毎にご加入頂くものではありません。振り込みが確認されましたら、事務局が手続きを行います。申込用紙のスポーツ安全保険加入欄には何も記入しないで下さい。

16. 服 装 : ・ JPA ルールに準ずるコスチューム
17. 注 意 : ・ 締切日以降のエントリーは追加金を含めた入金控えの添付のない申込みは受けません。又、申し込み以降の階級の変更も JPA ルールにより出来ません。

・ 締め切り期限を過ぎてからの申し込みは、出場カテゴリーに関係なく一律 ¥1,000-追加となり、尚かつオープン参加扱いとなり順位がつきません。(追加金の未納の場合は会場で受け付け時に追加徴収します)

- ・ 出場申込書(等)に虚偽の記載事項があったとき、全ての権限がなくなります。(悪質であった場合、今後の OPA 競技会・講習会に参加できない場合がある、又は報償、奨励、激励等の権利を喪失する場合がある)
- ・ 18 未満の出場者は別紙の親権者同意書に必要事項をご記入のうえ同封願います。

・ エントリー費は如何なる理由でも、返金いたしません。

・ 本大会の申し込みにあたって取得した個人情報は、本大会、及び OPA、JPA 関連業務遂行及びコロナ感染情報関連に関してのみ利用する。

・ 申込頂いた時点で本人・親権者の同意を得られたものとしします。

・ セCOND申請は出場選手が申請するものです、出場申込期日までに申請しなければセCOND作業及び入域できません。(チーム(登録団体)(個人登録選手)で本大会エントリーのある場合、現状の沖縄県の感染状況を顧みセCONDを一人まで認めます。

ただし、沖縄県地方の全国的、また世界的にも感染罹患率は群を抜いておりました事からそして感染防止努力の為にワクチンの3回接種者のみとする。

また、セCOND申請は済んでいるが2月12日の大会直近の感染拡大状況によりセCOND申請を取り消す事があります事を前もってご了承下さい。

・ 選手同士でのセCOND作業も感染防止努力として行わないようにお願いします

・ 大会会場内での注意事項及び(公序良俗)は徹底して厳守して下さい。

・ 今年度は新型コロナウイルス感染防止の観点によりセCONDは就くことが出来ない

・ 本番の試技以外は(出来る限り)常時マスク着用の事、また対面しないで下さい。

本大会も新型コロナウイルス感染防止の観点により無観客での開催とします。  
申し込み用紙と同時に新型コロナウイルス感染症防止の(問診票の同時送付)と(同意書チェックリストの大会当日提出)をお願いします。

・ 沖縄県(地方協会)大会です、補助員構成・審判員構成は沖縄県協会執行部にて選定する事とする【補助員の申込等は全て理事長を通し申し込んでください】

・ 本大会は従来通りの受付ではありません。全て会場の外で、手消毒→検温→受付【提出物】→コスチュームチェック+検量作業→全てのチェックを完了した後会場入りとなります。

・ その間も“密”にならない様、各自心がけてください。

・ 会場内に無断で入らない事。入場の合図をもって順番に入域してください。  
会場入りの号令は【執行部】が行ないます。合図を待ってください。

・ 会場入場後に(荷物等を置いた後)→検量作業に入ります。

下記事項の問診表・チェックリストを確認し問診表は申込書と同封し  
チェックリストは大会当日の朝、選手受付時に提出する事。(必須義務事項)

## 令和 4年度 OPA パワー・ベンチ・DL 大会 参加のための問診票

I. 次の 1) ~ 10) の質問にこたえてください。

「はい・いいえ」のどちらかに○をつけます。

1) 基礎疾患・免疫疾患がある はい・いいえ (「はい」と答え方は当てはまるものに☑を入れてください) □糖尿病 □高血圧 □癌 □透析 □心血管系疾患 □慢性呼吸器系疾患

□ステロイド長期投与 □免疫抑制剤服用 その他( )

2) 37.5 度以上の熱がある (はい・いいえ) 検温結果→ 度

3) 風邪に似た症状がある(喉の痛みや関節の痛みなど) (はい・いいえ)

4) 強いだるさ(倦怠感)や 息苦しさ(呼吸困難)がある (はい・いいえ)

5) 味覚・嗅覚に異常がある (はい・いいえ)

6) 2 週間以内に海外への渡航歴がある (はい・いいえ)

7) 新型コロナウイルス感染者、またはその疑いがある者との接触がある (はい・いいえ)

8) COVID-19 感染症の検査を受けた、または陽性と診断されたことがある (はい・いいえ)

9) 現在、花粉症である (はい・いいえ)

10) 厚生労働省接触確認アプリをインストールしている (はい・いいえ)

II. 以降は誓約書であり、パワーリフティング競技を今後も継続して実施するため、皆さまにおねが  
いしたい事項をまとめたものです。

記載してあることをよく読んで、確認枠に☑をいれてください。

チェックを入れ 終えたら、下部の署名欄へ署名してください。

### 誓約内容 確認枠

1 1) 競技(又は競技中も)をする時以外はマスクを着用し飛沫の拡散防止に努めます。 □

1 2) 私は、大声を出して他の選手を応援することはいたしません。 □

1 3) 会場内のあらゆる場所でソーシャルディスタンスを保ち、大会が白熱しても、周辺で密をつくることはいたしません。 □

1 4) 私は、こまめに手指消毒を行い、接触感染の予防に努めます。 □

1 5) 私は、会期中の会食・飲み会へ参加することを控え、感染拡大防止に努めます。 □

1 6) 自分の試合が終われば速やかに帰宅いたします。 □

1) ~ 10) の記載内容に間違いありません。 □

また、1 1) ~ 1 6) を遵守することを誓います。 □

この問診表は大会申込書と同梱(出場申込と一緒に)必ずご自身で直筆し提出してください。

送付先：沖縄県パワーリフティング協会 本部 (糸洑) TEL：090-7399-6084

〒904-0034 沖縄市山内 2 丁目-7 番-17 号

令和 年 月 日

ご署名 \_\_\_\_\_

## 選手・審判員・補助員等 新型コロナウイルス感染症感染に係るチェックリスト

※選手・審判員・補助員・沖縄県役員は自宅にて出発前に記入して下さい  
(発熱症状のある方、次の項目に該当する方は大会参加を見合わせて下さい)

No.	チェック項目	回答欄
1	大会当日入域前の体温をご記入ください。	度
2	過去2週間以内に、発熱(37.5度以上)、息苦しさ、強いだるさや風邪等の症状がありましたか(大会当日を含む)。	有り・無し
3	過去2週間以内に、感染が拡大している地域や国への訪問歴、または当該地域から来沖された方との濃厚接触がありましたか。	有り・無し
4	過去2週間以内に、感染の疑いのある方や、感染者との濃厚接触はありましたか。	有り・無し

※2～4について、該当する方に○を付けて下さい。

## 同意書

令和5年2月12日(日曜日)沖縄県パワーリフティング協会の大会参加にあたり、上記のとおり健康上問題のないことを確認のうえ、新型コロナウイルス感染症に関するガイドラインを遵守し、大会に参加する事に同意いたします。

令和 年 月 日

区 分：選手・審判員・補助員・沖縄県役員

氏 名：

保護者署名：

連絡先：

※未成年者については、保護者署名記入必須のうえ、連絡先へ保護者連絡先を記入して下さい。

本様式はご自身で御記入して下さい。  
会場到着後入館する前に(事務局 照屋・知名)へ提出のこと。

エントリーするカテゴリーの□にチェックマークを入れて下さい。

2023 ウィンター シングルベンチプレス コンテスト (公認) **エントリーされる項目に**

2023 ウィンターマラソンベンチプレスコンテスト (非公認) **チェックしてください**

2023年 2月 12日 (日) 大会開催場所: 奥武山公園沖縄県立武道館トレーニング室

太枠中と誓約書に記入ください 上記の出場カテゴリーと下記の赤字当てはまる項目□にチェックマークを記入して下さい

<b>必須記入項目</b> 出場階級: kg級	BPラック高さ SQラック高さ 足台: 要 不要 補助: センター サイド	段 段	<input type="checkbox"/> クラシック <input type="checkbox"/> エクイップ <input type="checkbox"/> マラソンベンチ <input type="checkbox"/> DLワイド <input type="checkbox"/> DLナロー	選手区分: <input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子 <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> サブジュニア <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> マスター-1 <input type="checkbox"/> マスター-2 <input type="checkbox"/> マスター-3 <input type="checkbox"/> マスター-4 <input type="checkbox"/> マスターズ5 (新設)
コスチュームチェック 担当者:	<input type="checkbox"/> ベルト: <input type="checkbox"/> シューズ: <input type="checkbox"/> リストラップ: <input type="checkbox"/> ニースリーブ: <input type="checkbox"/> Tシャツ: <input type="checkbox"/> ツリパン: <input type="checkbox"/> ソックス: <input type="checkbox"/> リストストラップ <input type="checkbox"/> パワースーツ: <input type="checkbox"/> ベンチシャツ <input type="checkbox"/> ニーラップ: <input type="checkbox"/> その他: 印			
スポーツ安全保険加入日	202 年 月 日		取扱事務担当者	照屋・知名 印

No.	氏名: ふりがな	検量体重	生年月日 (歳)	所属団体
		Kg	西暦 年 月 日 ( )	登録団体選手以外は個人扱いです
住所	〒 TEL: - - E-Mail			JPA選手登録 ID (必須)
参加市町村 (一つのみ) <input checked="" type="checkbox"/> する)				
<input type="checkbox"/> 那覇市 <input type="checkbox"/> 浦添市 <input type="checkbox"/> うるま市 <input type="checkbox"/> 沖縄市 <input type="checkbox"/> 宜野湾市 <input type="checkbox"/> 中頭郡 <input type="checkbox"/> 島尻郡 <input type="checkbox"/> 糸満市 <input type="checkbox"/> 豊見城市 <input type="checkbox"/> 宮古八重山郡 <input type="checkbox"/> 名護市 <input type="checkbox"/> 国頭郡 <input type="checkbox"/> 南城市				

種目	第1試技	第2試技	第3試技	トータル・記録
<input type="checkbox"/> シングルベンチ (公認)	Kg	Kg	Kg	Kg 位
<input type="checkbox"/> マラソンベンチ (オープン)	Kg	回数		Kg 回数 位
マラソンベンチは、男子一般は (59kg~74kg まで 100%重量) ・サブジュニア・ジュニア・マスターズは (検量体重の 75%重量) 女子に関しては (検量体重の 60%重量) とする。その回数を競うものとする。 またこのカテゴリーはクラシックのみとする。男子一般の 93KG を含む上の階級は試技重量を 90KG 一律に設定する。 女子=階級分け無し。				承認 印

確認と承認、同意事項チェック欄9つにご納得頂いた上で全て (必ず  してください。)

- 1  私は今大会の開催要項を熟読し、内容を理解納得し出場申込します。 2  スポ安全保険に加入しています。  
3  私は昨今の世情により今大会が延期(日時変更・場所変更)になる可能性について了承します。  
4  私は当年度JPA選手登録を行った選手です。 5  私は当年度JPA選手登録を行っていません。  
6  私はエントリー期日までに申込書の送付、出場費の振り込み両方を完了します。  
7  私は大会前から、体調管理し。大会当日は検温体温が37.5℃以上ある場合、今大会は出場しません。  
8  私は試合中に事故があった場合、沖縄県パワーリフティング協会に責任がない事を了承します。  
9  私は新型コロナワクチンを接種済みです  1回  2回  3回  4回  未接種 最終接種日 ( 月 日 )

2023 年 月 日  出場選手氏名:

印

親権者同意項目: 上記出場選手の法定代理人です開催要項を熟読し理解納得した上で同項目に署名押印いたします。

# セコンド事前申請書 コロナ禍【第8波】用

下記の遵守事項を理解同意し本大会の対象選手に対してセコンドとして申請致します。

会場内にてセコンド活動をするに際しては、ジャージ、ポロシャツ等に運動靴(サンダル不可)で運動をするのに相応しい物を着用し、常に指定されたセコンド認識標示(リストバンド)を左手首に役員・審判員・スタッフから目視で確認出来る様に装着致します □

全ての□の項目の☑に漏れなくチェックしてください。

- \* ワクチンの3回以上の接種者のみとしたいと思います。
- \* 私は新型コロナワクチンを接種済みです □1回 □2回 □3回 □4回 □未接種
- \* 会場内マスクの常時着用をお願い致します、着用従事が難しい場合はセコンドには就けません □
- \* 適宜手指消毒を遂行する事 □
- \* セコンドの業務遂行中に、ご気分等(体調)が悪くなった場合は、即時申告し会場を退場し帰宅、又は医療機関を受診してください □
- \* セコンドを許可された方は、認められるセコンド業務のみに従事する事 □
- \* 競技運営中のクレーム(苦情・審議・要求)等は JPA の書式通りに申請し、競技を中断しない □
- \* 本書式のチェックマーク☑とセコンド従事者名はセコンドに就くご本人が自筆する事 □

なお、これらを契約事項を遵守していない際は退場を命じられても異議申し立てを致しません □

コート / 第	セッション	グループ	男子・女子	kg級
---------	-------	------	-------	-----

申込書は、チェックマークする部分はしっかりと記入し期日迄に提出してください

Lot ナンバー	選手氏名
----------	------

セコンド従事者の名前	【氏名】	【カタカナ】
------------	------	--------

## 審判員使用欄

付与枚数	0・1・2・3	担当氏名
------	---------	------

**ご注意下さい**、セコンド申請は出場選手が申請するものです、**出場申込期日(2月2日)**までに申請しなければセコンド作業及び入域できません。(チーム(登録団体)(個人登録選手)で本大会エントリーのある場合、現状の沖縄県の感染状況を顧み、また、JPAのセコンド従事者の人数緩和に倣い、**セコンドを1人**まで認めたいと思います。

ただし、沖縄県地方の全国的、また世界的にも感染罹患率は群を抜いておりました事から  
そして第8波中での感染防止努力の為に**ワクチンの接種者のみとしたいと思います。**  
また、セコンド申請は済んでいるが2月12日の大会直近の沖縄県下の感染拡大状況により  
セコンド申請を取り消す事があります事を前もってご了承下さい。

□の項目の該当部分に(☑)にチェックしてください

私は新型コロナワクチンを接種済みです □1回 □2回 □3回 □4回 □未接種  
最終接種日 ( 月 日 )

登録団体、個人共に※セコンド人数:**クラシック1名以下 エクイップ1名以下**となります。

ご無理、ご不便をかけますが、ご協力の程宜しくお願い申し上げます。