

# 山口県ベンチプレス選手権大会のご案内

日時 2023年3月26日(日) 受付 : 9時15分 検量 : 9時45分 競技開始 : 11時45分

会場 ステイヤング 防府市八王子1-10-13 TEL 0835(22)1358

主催 山口県パワーリフティング協会

競技方法 F軸 と N軸 の2つに分けて競技をします。

競技は JPAルールで行います。主審の「スタート」の合図でバーを胸までおろし、バーを静止「プレス」の合図で押し上げ、「ラック」でバーをかけます。頭の浮き、靴底の浮きは反則となります。

また、お尻は最も高い部分が面についていること。

コスチューム F軸…ベンチ用ギアシャツ、リストバンデージ、ベルト、ツリパン

クレイン社、マラソン社のものは使用できません。

N軸…Tシャツ(ポケット、襟の無いもの)にツリパン、またはTシャツにスパッツ(長いものは不可)リストバンデージ、ベルトは使用できます。

五本指の靴、襟やポケットのついているTシャツは使用できません。

Tシャツは必ず、ツリパンやスパッツの中に入れること。

階級 女子 43(サブJr、Jrのみ)47、52、57、63、69、76、84、84kg超級

男子 53(サブJr、Jrのみ)59、66、74、83、93、105、120、120kg超級

参加資格 2022年度の選手登録が必要です。登録団体からの一般登録費(1年間)は5,000円  
個人の一般登録費は8,000円です。

大学生は2,000円、中・高校生は1,000円です。

JPAのホームページで登録してください。(登録費と参加費は別です。)

申し込み締め切り 3月15日(水) 必着 当日の受付はいたしません。

申し込み用紙には、IDナンバーを記入してください。

参加費の振り込みは

山口銀行 口座 : 防府支店(店番51) 普通 6467788

口座名 : 山口県パワーリフティング協会 理事長 國弘 竹二

参加費 4,000円 Wエントリーは、6,000円 (参加料は、去年と違うのでご注意願います。)

食事は各自でお願いします。近くにファミリーマート、コメダ珈琲店、吉野家  
などがあります。

表彰 賞状

新型コロナウイルス等、感染状況によっては、さらに延期せざるを得ない場合もあります。  
また、3密を防ぐため、参加選手も制限することもありますので、お申し込みはお早めに。

お願い 私たちはドーピングを許しません。フェアプレー精神で、全力で戦ってくださいますよう、  
切にお願いいたします。

お問い合わせは : ステイヤング 電話・FAX 0835(22)1358 國弘 竹二まで。

役員ご協力をお願い 大会にご協力いただける方がおられましたら、氏名・年齢・男女を2月26日(日)  
までにお知らせください。保険の加入時に必要となりますので、よろしくお願いたします。

## 山口県ベンチプレス選手権大会(F軸)

## 山口県ベンチプレス選手権大会(N軸)

以下太線枠内をボールペンでご記入願います。

↓ いずれかに ○ を

部門	階級	フリガナ	( 社会人 )	所属クラブ
F軸 男子	Kg級	氏名	( 中・高生 )	JPA登録ジムまたは市町村
N軸 女子			( 大学生 )	
選手登録ID				
生年月日(西暦)←注意 年 月 日 ( 歳)	検量	ラック高さ 段	センター補助について	
	kg	セーフティ 段	( 要・不要 )	
		足台 ( 要・不要 )		

現住所	TEL
〒	

コスチュームチェック									
ツリパン	ベンチシャツ	Tシャツ	ベルト	シューズ	リストラップ	Mピース	バンダナ等	その他	

過去の自己ベスト(ルールで...)	kg
-------------------	----

県記録更新の可能性について

ある・ない と思う

※グループ分けの参考にしますので、第1試技の予定重量を、鉛筆で 記入してください。

フルギアの部	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト記録
F軸	kg	kg	kg	kg
ノーギアの部	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト記録
N軸	kg	kg	kg	kg

参加料

円を添えて、山口県協会 に申し込みます。

## 【 誓約書 】

山口県パワーリフティング協会御中

私は2023年 山口県ベンチプレス選手権大会の参加にあたり、同大会中の事故、怪我等に細心の注意をおこたることなく競技することを誓います。もしも不慮の事故等により怪我をした場合も、主催者側に対してその責任の所在や賠償請求等を行わないことを誓います。

2023年

月

日

氏名

印

選手、役員には 保険に入っておりますが、高額なものではありませんので、くれぐれも 事故、怪我の無いようお願いいたします。