

**開 催 要 項**  
**第 5 1 回 富 山 県 パウ ー リ フ テ ィ ン グ 選 手 権 大 会**  
**第 3 6 回 富 山 県 ベ ン チ プ レ ス 選 手 権 大 会**

日 時	令和 5 年 3 月 1 9 日 ( 日 ) 受付・検量 8 : 3 0 競技開始 1 0 : 3 0
会 場	〒939-8252 富山市秋が島 1 8 3 富山県総合体育センター 第 2 トレーニング室 問合せ・連絡先：芦崎 高志 (携帯TEL：090-2379-7568)
主 催	富山県パワーリフティング協会
協 力	富山市パワーリフティング協会、高岡市パワーリフティング協会 小矢部市パワーリフティング協会
後 援	(公財) 富山県体育協会、(公社) 日本パワーリフティング協会 ( J P A )
協 賛	富山新聞社
出場資格	<b>【登録選手】</b> 令和 4 年度に於いて J P A 選手登録済みの男女。他県登録選手はオープン参加。 参加選手は、J P A ホームページでのオンライン手続きにより選手登録を完了しておくこと。 <b>【チャレンジの部】</b> どなたでも参加可能 (ノーギアの部のみ) ※ J P A 公式記録にはなりません
競技規定	J P A の競技規則に基づいて、フルギア競技とノーギア競技を実施する。 □ノーギア：試技ではスパッツ (ロングスパッツ不可)、もしくは釣りパン及び T シャツを着用。 ベルト、リストラップ、ニー Sleeve が使用可。デッドリフトでは膝下までのハイソックスを必ず着用すること。滑り止めの付いたソックス不可。 □フルギア：試技では釣りパン及び T シャツを着用。ベルト、リストラップ、ニーラップ、 スーパースーツ、ベンチ T シャツが使用可。デッドリフトでは膝下までのハイソックスを必ず着用 のこと。滑り止めの付いたソックス不可。 □フルギア競技とノーギア競技は同時進行。 <u>ダブルエントリーは不可</u> 。申込階級と当日の検量が相 違える場合は、オープン参加 (順位なし)。 □団体戦は、3 種目とベンチプレスのそれぞれ 1 登録団体 3 名以上。
階 級	<b>【登録選手】</b> 及び <b>【チャレンジの部】</b> 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 ※男子 53kg 級、女子 43kg 級は J r とサブ J r のみ。 ※申込階級と当日の検量体重が相違える場合はオープン参加となる。
年 齢 別	シニア：(年齢制限はありません) サブジュニア：～18 歳 (カレンダーイヤーを基準とする) ジュニア：19 歳～23 歳 (カレンダーイヤーを基準とする) マスター I：40 歳～49 歳 (カレンダーイヤーを基準とする) マスター II：50 歳～59 歳 (カレンダーイヤーを基準とする) マスター III：60 歳～69 歳 (カレンダーイヤーを基準とする) マスター IV：70 歳以上 (カレンダーイヤーを基準とする) マスター V：80 歳以上 (カレンダーイヤーを基準とする) シニア以外のカテゴリーにおいては、カレンダーイヤー (12 月 31 日まで) にて出場区分をする。 (例) 8 月 1 日で 24 歳になる A 選手は、その年の 1 月 1 日以降、たとえ大会日が 23 歳であって も、ジュニア選手ではない。
表 彰	個人戦：フルギア、ノーギア男女別各級 3 位まで。(賞状) 団体戦：3 種目は優勝と準優勝。ベンチプレスは優勝のみ。 特別賞：両大会とも最優秀選手賞＝男女各 1 名 (各階級 1 位の中から IPF ポイントの 1 位選手) 両大会とも優秀選手賞＝フルギア・ノーギア別男女各 1 名 (IPF ポイントの優秀選手)

参加費	<p>【登録選手】：一般＝3,000円、大学生・専門学校生＝2,000円、高校生以下＝1,000円  【チャレンジの部】：1,000円</p>
申込	<p>参加申込書（兼誓約書）に必要事項を記入し、必ず署名捺印の上、参加費を振込みした金融機関の控えとともに、下記宛て送付のこと。  送付先：〒933-0958 富山県高岡市波岡77-5 携帯TEL：090-9762-2865  富山県パワーリフティング協会 事務局 佐野 雅史  振込先：北陸銀行 宇奈月支店 普通6004220 富山県パワーリフティング協会  ※感染拡大防止（受付時間短縮）のため、当日現金での支払いは禁止します。  ※尚、振込手数料は各自負担で願います。</p>
申込締切	<p>令和5年3月6日（月）（プログラム作成の関係から期日厳守）</p>
注意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 会場内では「新型コロナウイルス感染症対策のための遵守事項」を厳守してください。</li> <li>② 電話での申込み、締切日を過ぎての申込みは、受け付けません。</li> <li>③ 参加費が納付されていない場合、参加申込書（兼誓約書）に署名のない場合は、受理せずに返却します。</li> <li>④ 閉会式・表彰式は行いません。賞状等は従前のような手渡しではなく、会場の撤収作業が終了した後、各団体・個人毎にテーブルに置かれた物を各自が取りに来る方式とさせていただきます。</li> <li>⑤ 会場内では安全上の注意事項を厳守すること。特に、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。</li> <li>⑥ 会場内は土足禁止となっています。内履きをご用意下さい。</li> <li>⑦ ゴミは各自で持ち帰り、会場に残さないようご協力ください。</li> <li>⑧ 新型コロナウイルス感染拡大により急遽、中止又は延期になる場合は、当協会ホームページに掲載しお知らせします。</li> </ol>

## 新型コロナウイルス感染症対策のための遵守事項

### 来場についての諸注意

- 1 会場入場時に、マスクの着用と手のアルコール消毒を行って下さい。
- 2 新型コロナウイルスの感染拡大の観点から参加選手は、大会当日の朝、ご自宅にて検温と体調確認（発熱、咳、咽頭痛などの有無）をして下さい。「問診票」に記入され、会場入口にて提出のこと。
- 3 会場入口にて、検温の結果、と発熱があると認められた方や体調不良と思われる方は、「問診票」を提出されても、入場をお断りし、お帰りいただきます。

### 競技進行上の注意

- 1 試技中以外は、可能な限りマスクを着用して下さい。
- 2 フルギア参加選手は、セコンド1名帯同可。ノーギア参加選手はセコンド無しとします。
- 3 試技及びアップ時、待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 4 飛沫感染防止の為、通常県大会で使用している炭酸マグネシウム（粉タイプ）は使用しません。代わりに、液体チョークを個人で用意下さい。ベビーパウダーを使用する選手は、固形タイプのベビーパウダーをご用意下さい。

### その他

- 1 検量場所では、検量する人と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 2 コスチュームチェックには、検査員と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 3 表彰式はありませんので、従前のような賞状等の手渡しはなく、会場の撤収作業が終了した後、各団体・個人毎にテーブルに置かれた物を各自が取りに来る方式とします。
- 4 会場内での食事は、禁止です。（飲料のみ可）なお、研修室での食事は可能です。※黙食にご協力ください。

以上の他、JPAのホームページで「新型コロナウイルス感染症対策運用ガイドライン」をご確認下さい。

<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/archives/22349>

□第 51 回 富山県パワーリフティング選手権大会

□第 36 回 富山県ベンチプレス選手権大会

(参加大会に☑をしてください)

参加申込書兼記録票

・予め太枠内及び誓約書欄に記入し、申し込んで下さい。

No.	申込階級	氏名(ふりがな)	ID番号 <small>(チャレンジ記入不要)</small>	性別	生年月日(西暦)
	kg級	( )		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	年 月 日 カレンダーイヤー 歳
参加区分に チェック	<input type="checkbox"/> チャレンジ <input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア				
	<input type="checkbox"/> S J <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> M I <input type="checkbox"/> M II <input type="checkbox"/> M III <input type="checkbox"/> M IV				
検量	セッション	コート	所属都道府県	所属クラブ・団体・個人	
kg		一面実施			

スクワットのラック高さ	c m (穴 個目)
<同セーフティバー高さ>	c m (穴 個目)
ベンチプレスのラック高さ	c m (穴 個目)
同セーフティバー高さ	c m (穴 個目)
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

自己ベスト (平成 年 月 日)	
大会名:	
スクワット	kg
ベンチプレス	kg
デッドリフト	kg
トータル	kg

※会場で検量時に第1試技の重量とラック高さを記入。

	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト	IPF ポイント	種目別順位
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					
			小 計			
デッドリフト	kg	kg	kg	kg		
	変更 kg		変更 kg			
IPF ポイント			トータル	kg		
順位			特別表彰			

誓約書

富山県パワーリフティング協会 御中

令和 年 月 日

- ・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、富山県協会に一切の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。
- ・尚、本大会の参加者本人を含む会場風景や競技中の写真を、JPAが主催する大会や富山県協会が開催する大会の案内用ポスターやプログラム、JPA及び富山協会ホームページへの掲載、JPA時報への掲載等を含め、JPAと富山県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。
- ・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程及び関係規則類を遵守し、JPAのアンチ・ドーピング活動に従います。

住 所 〒

TEL

FAX

氏名(自署)

E-mail:

★誓約書に署名のない場合、受理せずに返却します。よって、参加申し込みはないものとします。