

○ 第4回山梨県パワーリフティング選手権大会
○ 第3回山梨県ベンチプレス選手権大会
○ ベンチプレスチャレンジ 2023 秋

開催要項

日 時	2023年11月26日(日)
	ベンチプレスチャレンジ 8:30 受付、10:00 試技開始
	ベンチプレス選手権大会 9:00 検量、11:00 試技開始
	パワーリフティング選手権大会 10:30 検量、12:30 試技開始
会 場	石和清流館 〒406-0033 山梨県笛吹市石和町小石和700
主 催	山梨県パワーリフティング協会
協 力	グランディール(甲府市朝日2-5-8 2F)
競技方法	ノーギア競技 JPA 日本パワーリフティング協会公式ルールに基づく個人戦。
参加区分	一般で統一して行う。県記録などはカテゴリ通り行う。
階 級	男子8階級=59kg,66kg,74kg,83kg,93kg,105kg,120kg,120kg 超 女子7階級=47kg,52kg,57kg,63kg,69kg,76kg,84kg,84kg 超
競技規則	○原則として「JPAルール」の「ノーギアルール」に準拠する。 ・ 服装はシングレットで行う(Tシャツ&スパッツも可) (※長袖シャツは肘が見えないため不可、ロングタイツ等はニースリーブを試用しない場合は可) ・ ギア類はリストラップ、ベルト、ニースリーブが使用できる。 (※ニーラップ、エルボースリーブは不可 ベルトはナイロン製の物や腰パッド付の物も認める) ・ パワーリフティング競技者はデッドリフト試技にて、 すね全体を覆うような靴下が必須
	※JPA ルールは QR コードでご確認下さい→
表 彰	各階級1位~3位まで賞状 大会各部門の総合1位(フォーミュラ記録)に賞状
参加資格	パワーリフティング選手権・ベンチプレス選手権 ・2023年度のJPA登録選手(県外の登録選手はオープン参加) ベンチプレスチャレンジ ・誰でも参加可能 事前に申し込み必要あり
参加費	パワーリフティング選手権大会 6,000円(サブジュニア・ジュニア 5,000円) ベンチプレス選手権大会 5,000円(サブジュニア・ジュニア 4,000円) ベンチプレスチャレンジ 3,000円
申し込み方法	別紙の 申込書&記録表(Excel) に下記の情報を記載し、 メールまたはLINE、グランディール店頭(甲府店・竜王店)で申し込んでください。



・メールの場合

- ① 参加料を下記の銀行に振り込み、振込票をカメラで撮影する。
- ② 申込書&記録表に必要な情報を入力する。
- ③ ①、②の2点を添付して sekimoto@ms-s.co.jp 宛にメールを送信。
- ④ 事務局より受付完了メールが届いて完了。

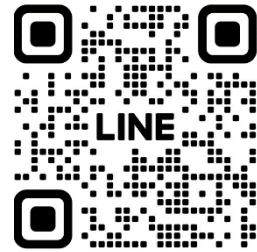
・LINEの場合

- ① 参加料を下記の銀行に振り込み、振込票をカメラで撮影する。
- ② 申込書&記録表に必要な情報を入力する。
- ③ 山梨県パワーリフティング協会公式 LINE を友達に追加する
- ④ ①、②の2点を**式ライン**宛に送信。事務局より受付メッセージが届いて完了。

山梨県パワーリフティング協会公式ライン

・グランディール店頭での場合

- ① 参加料を現金で支払う。
- ② 申込書&記録表に必要な情報を記入して申し込み完了。



支払い方法 山梨中央銀行 本店営業部 普通 口座番号 1640130
山梨県パワーリフティング協会

申込期間 2023年10月1日(日)～10月31日(火)

使用機材 メイン競技場 使用ラック BULL(ブル) 使用シャフト BULL(ブル)
アップ場 使用ラック ER 使用シャフト BULL(ブル)

お問合せ先 山梨県パワーリフティング協会 理事長 山口将司
TEL : 055-224-8006 Mobile : 090-9369-0922

- ◆ 進行(検量、競技開始等)は状況等で変更される場合があります。
- ◆ 会場近くにはコンビニエンスストアなどはありません。飲料等をご持参ください。
- ◆ 個人を特定できる情報は目的以外には使用しません。
- ◆ 誕生日、年齢は大会パンフレットに記載され、大会結果と共に公表されます。

第4回山梨県パワーリフティング選手権大会&第3回山梨県ベンチプレス選手権大会
ベンチプレスチャレンジ2023秋

参加申込書and記録表

出場種目 ※参加種目に○を付けてください。			階級
大会名	部	性別	
第4回山梨県パワーリフティング選手権大会	フルギアの部	男・女	kg級
	ノーギアの部		
第3回山梨県ベンチプレス選手権大会	フルギアの部	男・女	
	ノーギアの部		
ベンチプレスチャレンジ2023秋	フルギアの部	男・女	
	ノーギアの部		

氏名	(フリガナ)		
住所	〒		
電話番号		選手ID	
生年月日	(西暦)	年 月 日 生	大会当日 満 歳
所属都道府県		所属クラブ・団体	※JPA団体登録クラブ・団体名。それ以外は個人
本大会への意気込み			

※以下は大会当日に記入します。

検量	kg	コスチュームチェック	審判員名
スクワット ラック高さ	ベンチプレス ラック高さ	ベンチプレス セーフティ高さ	ベンチプレス センター補助
			ベンチプレス 足台
		<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要

スクワット	第1試技	第2試技	第3試技	トータル(記録)	
		kg ----- (変更) kg	kg	kg	kg
ベンチプレス	第1試技	第2試技	第3試技	順位	位
	kg ----- (変更) kg	kg	kg	位	位
デッドリフト	第1試技	第2試技	第3試技	第3試技(変更1)	第3試技(変更2)
	kg ----- (変更) kg	kg	kg	kg	kg

◆ 契約書 ◆

山梨県パワーリフティング協会 御中

私は、山梨県パワーリフティング協会主管の選手権大会の出場に当たり、当競技種目により発生した事故、障害等に関し、その責任の一切については、私自身にあることを認め、大会主催者に対し将来に渡って一切の請求を行わない事を契約します。

住所 _____ 氏名 _____ ㊞

また、未成年の方は保護者の同意が必要となりますので、下記に氏名及び押印をお願いいたします。

上記のものの本大会への参加について同意します。 保護者氏名 _____ ㊞