

技委発第14-5号通達
平成27年 2月 1日

関係各位

技術委員長 阿南 喜裕
(公印省略)

ルール変更に関する通達

2015年IPFルール改正発表に伴い、JPAルールを下記のとおりに変更します。

今回の通達に関する運用は**2015年1月1日**からとしますので、ご理解の上、周知徹底をお願い致します。ただし、1-⑥項に関しては、**国内に限り2015年12月31日までは猶予期間**を設けます。

1. ニースリーブ（膝のサポーター）ならびにリフティングスーツの使用に関して（確認）

- ① ジャパンクラシック選手権大会（ノーギア競技のパワーリフティングおよびベンチプレス）で着用できるニースリーブは、IPF公認品のみ使用可能とする。
- ② ノーギア競技で日本記録に挑戦する際に着用できるニースリーブは、①と同様にIPF公認品のみとする。
- ③ ①以外の各地方競技会のノーギア競技で着用できるニースリーブは、IPF公認品以外でも可能とする。ただし、規格内の製品であること。
なお、ブロック大会において日本記録挑戦時は、②を適用する。
- ④ フルギア競技において、ニーラップの代替でニースリーブを使用する際は、上記①～③と同様の扱いとする。
- ⑤ リフティングスーツの肩ひもを外側に縫い縮めた場合は、余白部分は3cm以内とする。3cm以上調整する際は内側に縫うこと。余った部分を肩ひも及び本体部分に縫い付けてはならない。
- ⑥ リフティングスーツ、ベンチシャツの調整時にできた、余分な部分は切り取ってはならない。

2. ツリパン、ベルトの使用に関して

- ① 国際大会においては、IPF公認品以外の着用は認められない。
- ② ただし国内においては、ツリパン、ベルトの規格をクリアしたものであれば使用を認める。

3. コスチュームチェック、検量実施に関して

- ① フルギア競技、ノーギア競技を問わず、競技前にコスチュームチェックは必ず実施すること。従来の様に、ノーギア競技で実施しない形式では、公式競技会として認定されない。
- ② コスチュームチェックリストへの記入は、詳細を記入する必要はない（ベンチシャツ 赤1枚等）。合格のものはスタンプ等を押して明確に区別し、テクニカルコントローラーは、選手がそのスタンプ等があるものを使用しているかどうかをチェックする必要がある。
- ③ コスチュームチェックに合格したものであっても、使用法や使用中に要件を満たさなくなったもの（途中で破れる、サイズが合わず大きすぎる等）は、試技での使用を認めない。
- ④ 選手の検量は、原則として同性のレフリーが検量を担当すること。女性レフリー不在の場合は、レフリー資格を持たない女性役員（レフリーが指名、事前指導すること）がこれを担当する。それでも女性役員が不在の場合は、Tシャツ・短パン等で計り、後でこれらの重さを差し引いた数字を検量体重とする。
- ⑤ ノーギア競技に認めていた、朝一括検量を廃止する。フルギア競技同様、セッションごとに指定された時間内に検量を実施すること。

4. ベンチプレスに関して（主審の合図）

- ① ベンチプレス競技において、主審の「プレス」の合図の際は、片手を下から上に挙げながら、同時に発声することと変更する。
- ② どの種目の合図でも、手の動きと発声は、同時でなければならない。手の動きの後に発声することでズレが生じ、選手に誤解を招かないように注意すること。

5. 日本記録の公認条件に関して

- ① 以前は各種目とも、検量体重に対して相乗的に記録の最低重量を設けていたが、今後は各種目とも、その選手の実力相当の試技を行い、記録していることを条件と変更する。
- ② ただし、負傷で続行不能等正当な理由もなく、第1試技のみ行い残りをパスし体力を温存する等の行為があった場合は、日本記録として認められない。

6. 公認器具の追加に関して

- ① JPA公認メーカーとして、新たにザオバを追加する。
- ② その他の公認器具に関しても、公認メーカーの製品の中で公認品として指定を受けた製品のみ公認競技会で使用することができる。公認メーカー全製品が使用可能というわけではないので、使用に際しては型番等で必ず確認すること。

7. その他の細則に関して

- ① 公式最低重量は、従来であれば25kgであるが、国内女子選手においてのみ、サブジュニア・高校・ノーギアマスターズI～IVのベンチプレス競技においては、20kgまでの申請を可能とする。この際、20kg、22.5kgの重量設定の際は、カラーの使用を必要としない。
- ② 各種全日本選手権大会に参加するためには、定められた期間内に、JPA公認大会で標準記録を突破する必要がある。ただし、マスターズIV等標準記録を定めないカテゴリーでも、各大会の定められた期間内に最低1回以上の公式戦参加が必要となる。
- ③ 全日本選手権大会における団体戦については、大会期間中に表彰を義務付けない。ホームページ上で発表し、賞状を後日発送する形式でも構わない。
- ④ 試技中にリストラップがバーに触れることや、試技中にリストラップ、ニーラップがほどけてしまうことは何ら問題ない。（失敗理由とはならない）
- ⑤ 複数グループで進行する競技会において、各種グループ間に数分間のインターバルを取ると告知されている場合のスタート重量変更締め切りのタイミングは、各グループ試技開始の3分前までとする。
- ⑥ 競技の間、プラットフォームに上がれるのは、リフター、補助員、レフリーのみであり、コーチは陪審員又は技術委員会が決めたコーチングエリアにいてはならない。
よって、補助員として指名されたもの以外が、一時的にセンター補助等でプラットフォームに上がることは認められない。（技量不足で危険である等、チーフレフリーが交代を指示した場合以外は一切認められない）
これを満たさない場合は、公式記録として認定されない場合がある。
- ⑦ 3人のレフリーは各3種目が判定しやすい位置に椅子を移動させても良い。ただし、プラットフォームから4m以上離れないこと。

《問い合わせ先》

TEL 090-4140-8270（22時以降）

FAX 086-899-6970

メール anany1975@yahoo.co.jp

JPA 技術委員会 阿南 喜裕