

【令和6年 さいたま市民スポーツ大会】
第22回さいたま市ベンチプレス選手権大会
(ノーギア/フルギア競技)開催要項

- 【日付】 令和 6年 5月 4日(土)
 【受付】 午前 8時45分
 【検量】 午前 9時00分～
 【開会式】 開会宣言及び会場諸注意の説明があります
 【競技開始】 午前11時00分～ *タイムスケジュールは、参加選手確定後にHPに掲載します。
 【会場】 サイデン化学アリーナ(さいたま市記念総合体育館) 多目的室
 〒338-0835 埼玉県さいたま市桜区道場4丁目3番1号
 TEL 048-851-5050
 アクセス バス:浦和駅西口発大久保浄水場行き・桜区役所行き 桜区役所下車徒歩1分
 自家用車で来場の方はコインパーキングをご利用ください(3時間まで無料)
- 【主催】 さいたま市パワーリフティング協会
 【後援】 (公社)日本パワーリフティング協会 埼玉県パワーリフティング協会
 【協力】 埼玉大学ウェイトトレーニング部
 【競技部門】 ノーギア競技 フルギア競技 *オープン参加
 *オープン参加者は選手カード左上の□枠内に「オープン」と記入ください。
- 【階級】 男子 (53),59,66,74,83,93,105,120,120kg超級(9階級) ※53kg級はサブジュニア・ジュニアのみ
 女子 (43),47,52,57,63,69,76,84,84kg超級(9階級) ※43kg級はサブジュニア・ジュニアのみ
- 【参加区分】 サブジュニア/ジュニア/一般/マスターズ 1 2 3 4 5
 【表彰】 各階級1位～6位 賞状授与(郵送は致しません)*今回はメダル授与ありません
 他県からのオープン参加選手は記録証のみ発行
 【特別表彰】 今回は閉会式省略の為、賞状授与のみとし、特別表彰はありません。
 【競技規則】 (公社)日本パワーリフティング協会(JPA)競技規則による
 【参加資格】 **令和6年度JPA登録選手及び申込締切日までに選手登録の手続きが完了している者**
 満14歳以上の男女で埼玉県内に在住・在勤・在学する者及び所属ジム・クラブ・同好会が県内にあ
 る者 ※日本パワーリフティング協会に登録申請書の送付、登録費の振込入金後、完了とする。
 ※居住地为埼玉県内でも、団体及び個人登録地が他都県ブロックの場合はオープン扱いとなります。
- 【選手登録】 日本パワーリフティング協会ホームページ
<http://www.jpa-powerlifting.or.jp/>
 令和6年度の選手登録に関して、JPAホームページを御確認下さい。
- 【参加費】 **さいたま市民(マスターズ2まで) 3,000円** 申込書には階級・年齢別クラスを記載してください
特別クラス1(マスターズ3以上) 2,000円 申込書には階級・年齢別クラスを記載してください
***令和5年度で、埼玉県協会・さいたま市協会の大会で審判・陪審員・補助員・
 記録・放送・グッドリフト・前日準備等、運営に4回以上参加してくれたマスターズ3以上の人
 マスターズ5 3,000円** 申込書には階級・年齢別クラスを記載してください
***令和5年度で、埼玉県協会・さいたま市協会の大会で運営に4回以上参加してくれた人
 埼玉県登録(マスターズ4まで) 5,000円** 申込書には階級・年齢別クラスを記載してください
ダブルエントリー 7,000円 (ノーギアとフルギアのダブルエントリーは不可)
オープン 7,000円 申込書には階級・年齢別クラスを記載してください
***この大会は、選手と審判・陪審員との兼任はできません**
例外として、放送・グッドリフト・補助員は可能ですが報酬はありません
- 【団体戦】 行いません

| 順位 | 1位 | 2位 | 3位 | 4位 | 5位 | 6位 | 7位 | 8位 | 9位 | 10位以下 |
|----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| ノーギア一般男子 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 |
| その他カテゴリー | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 | 点 |

- 【申込方法】 埼玉県パワーリフティング協会ホームページより開催要項をダウンロードして印刷する。
 次に記載する(ア)(イ)を送付先の郵送する事。(ア)は必要事項を記入のこと。

(ア) 参加申込書 兼 記録カード

※参加申込地点で選手IDが不明な場合は、大会当日の検量時にお伝えください。

この際、選手ID欄は空白で構いません。(大会当日も不明な選手は記録が公認されない場合もあります)

(イ) 参加費の振込控えのコピー

【送付先】 〒330-0073 埼玉県さいたま市浦和区元町3-12-4-103
さいたま市パワーリフティング協会 大会事務局担当 小山 亜由美

○不明点は、下記メールアドレスに御連絡ください。

powertsuyo@gmail.com

(今井個人アドレス)

※参加費は下記の口座に御振込をお願い致します。

***所属チームまとめでの振込・申込みは事務局の確認業務が増えるので不可とする(受付しません)**

【振込先】 武蔵野銀行 県庁前支店
店番057 普通075725
サイタマシパワーリフティングキョウカイ

【申込締切】 令和6年3月29日(金)当日消印有効 ※期日厳守/郵送のみ受付します。(直接申し込み厳禁)

【コスチューム】 コスチュームは、最新の日本パワーリフティング協会競技規定に準ずる。
(日本パワーリフティング協会ホームページを御確認ください。)
ノーギア:ツリパン又はスパッツ・Tシャツ・リストラップ(*)・ニースリーブ(*)・ハイソックス
フルギア:ツリパン又はスパッツ・Tシャツ・スーパースーツ可・ベンチシャツ可
・ニーラップ可、リストラップ(*)・ニースリーブ(*)・ハイソックス
(*) 着用は任意/ ハイソックスはデッドリフト時には必須

吊りパン着用を推奨いたします。

***スパッツ着用時では、埼玉県記録として公認されません**

***試技重量は何kgでも挑戦できますが、非公認の日本記録となり、埼玉県記録となります。**

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(途中で破ける、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。
ゆるゆるのツリパン等も含まれる。

【注意事項】

- ・検量に合格できない場合は、失格となり記録は残りません(試技は参加できます)
- ・当日はボールペンを御持参ください
- ・大会会場は飲食禁止となります。飲食はロビーでお願いします。
(蓋付きのペットボトルのみ可)
- ・レストランは**日曜営業していません。**
- ・その他、パンフレットに添付されている大会期間中会場心得を読んでください。
- ・入金後の返金及び締切日後の変更等は一切行いません。
(感染症拡大の影響で主催者判断で中止になった場合を除く)
- ・書類不備項目が多すぎる場合は、受付しない場合もあります(選手ID等)

【重要事項説明】

- ・大会当日は、役員・補助員の検温・消毒・室内喚起準備が終了次第、選手の検温を実施してクリアした者だけ入場を許可する。(目安として37.5℃)
- ・当日は**観客入場を許可しますが、乳幼児の同伴はご遠慮ください。**
- ・試技中以外の、マスク着用は任意とする
- ・試技中の大声での声援・拍手はほどほどにお願いします
- ・フルギアの選手のセコンドは原則1名とする
- ・視覚等、障害のある選手のセコンドは原則2名とする
- ・再び感染症拡大の傾向がある場合は、開催中止の場合のみ4月10日付で埼玉県協会ホームページにて告知いたします。

第22回さいたま市ベンチプレス選手権大会

参加申込書 兼 記録カード

←オープン・特別クラスの方は四角に「オープン」「特別クラス」と記載

※選手は太枠内及び誓約書に記入及び捺印し、所定の申込先に送付してください。

| | | | | |
|------------|----------|---|---|---------|
| セッション・グループ | No. | <input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア | 性別 | フリガナ: |
| | | カテゴリー SJr・Jr・一般 M1・M2・M3 M4・M5 | <input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子 | 氏名: |
| | | 生年月日(西暦) 年齢 | 階級 | |
| | | 年 月 日 歳 | kg級 | 選手ID: |
| 登録都道府県 | 所属クラブ・団体 | | | 自己ベスト記録 |
| | | | | kg |

| | | | |
|--------------|---|-------------|---|
| 検量体重 | 本大会への意気込み、アピールポイント等(アナウンスに反映されます) | | |
| kg | | | |
| ベンチプレス ラック高さ | 穴 個目 (cm) | Bセーフティーバー高さ | 穴 個目 (cm) |
| センター補助 | <input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要 | 足 台 | <input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要 |

※ 会場での検量時に、第一試技と重量、ラックの高さを伺いますので検量までに確認しておいてください。

※ 必要事項は確実に記入してください。問い合わせ先(電話、メール)の記入も忘れずをお願いします。

(読める字で記入をお願いします。)選手IDの記入漏れが多くみられます。忘れずに記入してください。

| 種目 | 第一試技 | 第二試技 | 第三試技 | ベスト記録 | 順位 |
|--------|------|------|------|-------|----|
| ベンチプレス | kg | | kg | kg | 位 |
| | 変更 | | 1 kg | | |
| | 変更 | | 2 kg | | |

【誓約書】

(公社)日本パワーリフティング協会 御中
さいたま市パワーリフティング協会 御中

令和 6年 月 日

本大会の開催期間中に発生した事故トラブル等に関しては、自己の責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をお掛け致しません。将来に亘り一切の請求をしない事を誓います。
尚、協会PR(JPA広報・JPA・SPAホームページ・Facebookなど)のために使用する、大会の参加者本人を含む会場内の風景や競技内の風景や競技中の写真・動画をJPA・SPAに帰属致します。

〒

住所 _____ 選手署名 (印)

保護者/ご家族署名 (印)

(サブジュニア・マスターズ4・5の選手のみ)

TEL _____ E-mail _____

セコンド1 氏名 _____ 連絡先(携帯)

セコンド2 氏名 _____ 連絡先(携帯)