

第 36 回関東ベンチプレス選手権大会(ノーギア・フルギア)開催要項

- ・日 時 : 令和 7 年 9 月 14 日(日)
- ・会 場 : 横浜市青葉スポーツセンター 第一体育室
- ・住 所 : 神奈川県横浜市青葉区市ヶ尾町 31-4
公共交通機関をご利用の場合 東急田園都市線/市が尾駅下車徒歩 10 分
お車でご来場の方は 青葉区役所駐車場がご利用になれます
【第 1 駐車場/91 台】8:00~20:00 30 分/200 円、20:00~8:00 60 分/100 円
【第 2 駐車場/87 台】8:00~20:00 30 分/150 円、20:00~8:00 60 分/100 円
- ・主 催 : 関東パワーリフティング連盟
- ・主 管 : 神奈川県パワーリフティング協会
- ・公 認 : 公益社団法人日本パワーリフティング協会(JPA)
- ・協 力 : 関東ブロック 1 都 7 県パワーリフティング協会
- ・受付検量 : 午前 9 時予定 開会式 午前 10 時予定
- ・区 分 : フルギア(F)部門, ノーギア(N)部門
- ・階 級 : 男子 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, 120kg 超(8 階級)
女子 47, 52, 57, 63, 69, 76, 84, 84kg 超(8 階級)
- ・参加資格 : 1. 大会当日満 14 歳以上の日本国籍を有する男女, 及び過去 1 年以上にわたり適法な在留資格に基づき日本に滞在している満 14 歳以上の外国籍の男女。
2. 2025 年度関東ブロック内各都県協会 JPA 登録選手。
3. 前年度大会日より 1 年以内に標準記録を突破している者。
4. 選手は標準記録以上の成績を収めた際の階級と異なる階級への出場は出来ない。但し体重より更に重い階級を突破している場合のみ、その重い階級への出場は認められる。
5. 標準記録を突破していない場合、または大会未開催の場合は、関東ブロック長の承認を得て各都県男女合計 3 名まで推薦出場が認められる。所属する各都県協会の事務局へお問い合わせください
- ・表 彰 : 個人戦 男女別各階級 1~3 位=メダル・賞状、4~6 位=賞状
: 団体戦(都県対抗) 優勝=カップ(持ち回り制)
: 団体戦(クラブ対抗 1 チーム 3 名以上)
- ・コスチューム 2025 年日本パワーリフティング協会、競技規則に準じる
F ギア競技・N ギア競技共にツリパンを着用(スパッツは禁止)
ノーギア: ツリパン及び T シャツを着用・リストラップ・ニースリーブ
フルギア: ツリパン及び T シャツを着用・ベンチシャツ可・リストラップ・ニースリーブ
※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)は試技での使用は認めない。
- ・参 加 費: 8,000 円 フルギア・ノーギアの W エントリー 16,000 円
※参加費には保険料が含まれます。

- ・申込方法:各選手は神奈川県パワーリフティング協会ホームページに掲載のエントリーフォームからお申し込みください。

申込期間 2025 年 7 月 27 日(日)10:00~2025 年 8 月 9 日(土)23:59

- ・必要書類 **パワー&ベンチ大会出場のための問診票(全員)、摂取医薬品・サプリメント申請書(該当者のみ)**は必要事項をご記入の上、大会当日の検量の際に提出してください

・その他

- ・日本記録はマスタース 3.4.5 で挑戦可能です(0.5kg 単位)
- ・怪我、盗難及びトラブルに関しては、参加者自身において解決するものとし、大会主催者及び主管協会は一切の責任を負いません。また、会場内では安全上の注意事項を 厳守してください。
- ・申込締切後の階級変更は認めません。
- ・締切日を過ぎてからの参加取り止めの場合、参加費は返却できません。
- ・会場内では安全上の注意事項を厳守してください。
- ・ドーピング検査が行われることがあります。
- ・ゴミは必ずお持ち帰りください。
- ・**大会当日欠場の場合は必ず連絡をしてください。(TEL 090-5324-1803 大森)**

・個人情報の取り扱いについて:

本大会の参加申込書等に記載された個人情報は、次の目的以外には使用しません。

本大会の準備、運営、結果発表(氏名、生年、年齢、所属、記録の公表)

今後の大会等の案内

競技人口、記録等の統計、本大会の参加者及び会場を含む風景や競技中の写真を、JPA が作成する各種ポスター、JPA のホームページ及び時報への掲載、JPA の事業活動のために利用することがあります。

・標準記録:

女子								
女子階級	47kg	52kg	57kg	63kg	69kg	76kg	84kg	+84kg
エクイップ	40.0	42.5	45.0	47.5	47.5	52.5	57.5	60.0
クラシック	30.0	32.5	35.0	37.5	37.5	40.0	42.5	45.0
男子								
階級	59kg	66kg	74kg	83kg	93kg	105kg	120kg	+120kg
エクイップ	87.5	95.0	105.0	115.0	122.5	130.0	135.0	140.0
クラシック	70.0	75.0	82.5	90.0	95.0	100.0	105.0	107.5