**２０１８年度**

 　 　　　 **第７２回浜松市民スポ－ツ祭**

***＜第４３回浜松市パワ－リフティング***

***第２４回浜松市ベンチプレス選手権大会要項＞***

平成３０年８月吉日

 　　　 　　　　　　　　　浜松市ﾊﾟﾜ-ﾘﾌﾃｨﾝｸﾞ協会

　 　　　 　　　　　　 会　　長：原　利夫

 　 　　　 　　　　　　事務局長：小池正邦

＊日　時：１０月２８日（日）検量am9:00～　開会am10:00～　競技開始am11:00～

＊会　場：浜松市新橋体育センタ－（南区新橋町1-2　TEL053-422-2461）

＊主　催：（公財）浜松市体育協会

＊主　管：浜松市パワ－リフティング協会

＊後　援：静岡県パワ－リフティング協会

＊資　格：14才以上のｱﾏﾁｭｱ競技者で県西部地区に在住及び勤務,在学している者

＊階　級：【ノ－ギアのみ】男子：59、66、74、83、93、105、+105ｋｇ級（７階級）　　　　　　　　　　　　　女子：47、52、57、63、72、+72ｋｇ級（６階級）

＊競技方法：原則としてＪＰＡル－ル（ノ－ギア）に従う。※ＪＰＡ公認大会ではありません。

* ｺｽﾁｭ-ﾑ：原則としてＪＰＡ規定のツリパン、又は身体に密着したスパッツ(ﾛﾝｸﾞ可),

Ｔシャツ着用,ﾘｽﾄﾊﾞﾝﾃ-ｼﾞは使用可とする。デッドリフトはハイソックス着用のこと。

　　　　　　　注：ﾆ-ﾊﾞﾝﾃ-ｼﾞ，F軸ｺｽﾁｭ-ﾑ類は使用禁止（コスチュ－ム検査有り）

＊表　彰：各階級１位～３位はメダルと賞状、４位～６位まで賞状

＊出場費：２,０００円／名／種目 （未公認大会の為ＪＰＡ登録不要。）

＊申込み：１０月１５日（月）までに申込書と出場費を添えて事務局へ申し込む。

＜大会申込書の不足分は各自コピ－（**Ａ４サイズ**）して下さい。＞

＊事務局：〒435-0055　浜松市中区十軒町４７　TEL/FAX053-472-4641

スポ－ツクラブパサ－ジュ内　小池正邦

* **大会当日、補助役員を協力できる方は事務局まで御連絡ください。**

**２０１８年度**

 　　　　 第７２回浜松市民スポ－ツ祭

 **第２４回浜松市ベンチプレス選手権大会申込書**

 　　　　 H30.10.28(日)　新橋体育センタ－

 **男子／女子** （○印をつける）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 　階　級 |  | Ｂラック高 |  | Ｂ補助 |  | 足台 |  |  　選　手　区　分 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **一般**／大学／高校／中学 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  ジュニア |  |
|  |  　㎏級 |  |  　 ㎝ |  |  |  |  |  |  マスタ－ズ　M1、M2、M3 |  |

 （ノーギアのみ）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | NO |  氏　　　　　名 | 検　量 | 生年月日 |  　所　　　　　　　属 |  |
|  |  | ﾌﾘｶﾞﾅ |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  ㎏ | ( 　歳) |  |  |
|  | 住所：〒 |  |
|  | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　℡： |  |

 コスチュ－ムチェック

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | つりぱん |  ス－ツ | Ｔシャツ |  リスト | シュ－ズ |  ベルト |  その他 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | マウスピ－ス |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  枚 |  枚 |  　 枚 |  組 |  足 |  本 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  種　　目 | 　１回目 | 　２回目 | 　３回目 | **ベスト記録**  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | ベンチプレス |  　 ㎏ |  　㎏ |  　㎏ |  　　　　㎏ |  |
|  | 順位 |  |
| 　  |  位 |  |

 　　　　　　　　　 ＜誓約書＞

 　浜松市パワ－リフティング協会殿

私は、第24回浜松市ベンチプレス選手権大会の参加にあたり、当該競技により

　　発生した傷害等の事故について、その責任の一切は私にあることを認め、大会

主催者に対し、将来にわたって一切の請求を行わないことを誓約致します。

 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 平成３０年　　　月　　　日

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 　  | 住所：〒 |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 氏名： 　㊞ |  |

 **２０１８年度**

 　　　　 　 第７２回浜松市民スポ－ツ祭

 **第４３回浜松市パワ－リフティング選手権大会申込書**

 **男子／女子** （○印をつける） 　　 H30.10.28 (日)　新橋体育センタ－

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | 　階　級 |  | Ｓラック高 |  | Ｂラック高 |  | Ｂ補助 |  | 足台 |  |  　選　手　区　分 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **一般**／大学／高校／中学 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  ジュニア |  |
|  |  　㎏級 |  |  　 ㎝ |  |  　 ㎝ |  |  |  |  |  |  マスタ－ズ　M1、M2、M3 |  |

 （ノーギアのみ）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | NO |  氏　　　　　名 | 検　量 | 生年月日 |  　所　　　　　　　属 |  |
|  |  | ﾌﾘｶﾞﾅ |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  ㎏ | ( 　歳) |  |  |
|  | 住所：〒 |  |
|  | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　℡： |  |

 コスチュ－ムチェック

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | つりぱん |  ス－ツ | Ｔシャツ |  リスト | シュ－ズ |  ベルト |  その他 |  |
|  |  |  |  |  |  |  | マウスピ－ス |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  枚 |  枚 |  　 枚 |  組 |  足 |  本 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  種　　目 | 　１回目 | 　２回目 | 　３回目 | **ベスト記録**  |  |
|  | スクワット |  |  |  |  |  |
|  |  | 　　　　㎏ | 　　　　㎏ | 　　　　㎏ | 　　　　　　　　㎏ |  |
|  | ベンチプレス |  |  |  |  |  |
|  |  | 　　　　㎏ | 　　　　㎏ | 　　　　㎏ | 　　　　　　　　㎏　　　　 |  |
|  | デッドリフト |  |  |  |  |  |
|  |  | 　　　　㎏ | 　　　　㎏ | 　　　　㎏ | 　　　　　　　　㎏　　　　 |  |
|  | **合計**：ｋｇ |  |
| 　  |  |
| **順位**： |

 　　　　　　　　　 ＜誓約書＞

 　　浜松市パワ－リフティング協会殿

私は、第43回浜松市ﾊﾟﾜ-ﾘﾌﾃｨﾝｸﾞ選手権大会の参加にあたり、当該競技により

　　発生した傷害等の事故について、その責任の一切は私にあることを認め、大会

主催者に対し、将来にわたって一切の請求を行わないことを誓約致します。

 平成３０年　　　月　　　日

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 　  | 住所：〒 |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|   | 氏名： 　㊞ |  |