

第14回全国消防士・警察官・自衛官オープンベンチプレス選手権大会  
 第13回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会  
 第11回ジャパンクラシックマスターズベンチプレス選手権大会

※当日、受付時に必要な証書類  
 [選手証・ドーピング講習会受講証・隊員証(警察官・自衛官・消防士のみ)]を  
 忘れずお持ちください。

**上記の必要物を忘れた場合は参加を認めないことがあるのでご注意ください。**

※既に上記の必要物を大会事務局へ郵送された方は当日持参する必要はありません。

※当日受付の流れ

今大会の試技カードは、検量室にあります。検量順はロットNo.順に行います。  
 検量室で受付と検量、そして第1試技の重量と、ラックとセーフティの高さを聞きます。あらかじめご準備ください。  
 Tシャツ、パンフレットはいつもどおり、受付にてお受け取りください。

大会進行予定表

グループ	検量	開始時刻	Aブラット			Bブラット		
			区分	階級	人数	区分	階級	人数
第1	8:30~10:00	10:30	一士二官	女子57、63 男子59、66、93、105	12名	クラシック	女子47、52	13名
第2	9:15~10:45	11:15	一士二官	男子74、83	12名	クラシック	女子57	13名
						マスターズ	M I 女子47、52、57、63 M II 女子52、63	
第3	10:00~11:30	12:00	クラシック	女子63、72、84、84超 男子59	16名	マスターズ	M I 男子59、M II 男子59 M III 男子59、M IV 男子59	15名
開会式 13:00~13:30								
第4	11:30~13:00	13:30	クラシック	男子66	15名	マスターズ	男子M I 66	17名
第5	12:30~14:00	14:30	クラシック	男子74	16名	マスターズ	M II 男子66	20名
							M III 男子66、74 M IV 男子66、74	
第6	13:30~15:00	15:30	クラシック	男子83	15名	マスターズ	M I 男子74 M II 男子74	17名
第7	14:30~16:00	16:30	クラシック マスター	男子93	20名	マスターズ	M I 男子83、M II 男子83	15名
				M I 男子105、120、120超			M III 男子83、M IV 男子83	
第8	15:30~17:00	17:30	クラシック	男子105、120、120超	16名	マスターズ	男子M I 93、M II 93 M III 93、M II 105	17名
閉会式・片付け 18:30~								

※ダブルエントリーの選手は1試合目のグループで検量を受けてください。

※受付は検量前に済ませてください。

※表彰は各グループ終了後に行います。

※開始時刻は変更される場合があります。