

第51回 岡山市総合体育大会

ベンチプレス競技大会開催要項

(第16回岡山市ベンチプレス大会)

誰もが楽しく参加できる大会です。

- ◇日時 平成26年9月21日(日)
8:30～ 受付、検量 9:00～ 開会式予定 9:30～ 競技開始予定
- ◇会場 岡山大学トレーニング場
岡山市北区津島中2丁目1番1号 岡山大学津島キャンパス内
- ◇主催 岡山市体育協会
- ◇共催 岡山市 岡山市教育委員会
岡山県高等学校体育連盟備前支部
- ◇主管 岡山市パワーリフティング協会・岡山大学ウエイトトレーニング部
- ◇後援 山陽新聞社
岡山県パワーリフティング協会
- ◇協力 岡山大学ウエイトトレーニング部・岡山商科大学ウエイトトレーニング部
- ◇部門 エンジョイの部 (JPA登録必要なし)
※ 審判の「スタート」の合図でバーを胸まで下し、バーが胸に接触すれば止めることなく審判の合図なしで挙上、肘が伸びきったところで、審判の「ラック」の合図でバーを戻す。
臀部は、審判の「スタート」と「ラック」の合図時にベンチ台へ着いていけばよい。
- ◇階級 女子の部 47kg級, 52kg級, 57kg級, 63kg級, 72kg級, 84kg級, +84kg級
男子の部 59kg級, 66kg級, 74kg級, 83kg級, 93kg級, 105kg級, 120kg級, +120kg級
- ◇競技服装 (1) ベンチTシャツ使用不可。
(2) Tシャツ着用、ツリパン又はスパッツ、他のトレーニングウェアも可とするが、臀部及び大腿部に密着するものが望ましい。
(3) リストラップ、ベルトは使用可。
- ◇費用 参加費 1,000円
- ◇表彰 各階級1位～3位までメダルと全選手表彰状、その他賞品あり。
- ◇申込方法 申し込み用紙を記入し、捺印のうえ下記へ送付のこと。
〒700-0053
岡山市北区下伊福本町1-33 エイブルフィットネスクラブ
岡山市パワーリフティング協会 大会事務局担当 田邊義光
TEL 086-252-3131
- 参加費については、氏名を明記のうえ下記の口座へ振り込むこと。
中国銀行 岡山市役所出張所 口座番号 1213120 岡山市パワーリフティング協会
- ◇申込締切 申し込み用紙、参加費とも平成26年9月5日(金)必着のこと(厳守)
締め切り日以降は受け付けません。