

# 大会 1 日目 / 7 月 1 3 日 (土) 進行表

8:00 開場

9:30 審判員ルールクリニック・進行スタッフミーティング、補助員ミーティング

10:00 開会式

- (1) 開会宣言 長崎県パワーリフティング協会大会実行委員長 / 藤井正道
- (2) 国歌斉唱
- (3) 開会挨拶 公益社団法人日本パワーリフティング協会会長 / 古城資久
- (4) 歓迎の言葉 長崎県対馬市長 / 比田勝尚喜
- (5) 審判諸注意 公益社団法人日本パワーリフティング協会技術委員長 / 二宮正晴

10:30 試合開始

## 第 1 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
A	A	女子 M 2, M 3, M 4 / 4 7 kg 級	1 3	8 : 3 0	1 0 : 3 0
	B	女子 M 1 / 4 7 kg 級、 5 2 kg 級	1 0	8 : 3 0	1 0 : 3 0

## 第 2 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
B	C	女子 M 2, M 3 / 5 2 kg 級	9	8 : 3 0	1 0 : 3 0
	D	女子 M 1, M 2, M 3 / 5 7 kg 級	1 3	8 : 3 0	1 0 : 3 0

## 第 3 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
A	E	女子 M 2, M 3, M 4 / 6 3 kg 級	9	1 2 : 3 0	1 4 : 3 0
	F	女子 M 1 / 6 3 kg 級	8	1 2 : 3 0	1 4 : 3 0

## 第 4 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
B	G	女子 M 1, M 2, M 3, M 4 / 6 9 kg 級	1 0	1 2 : 3 0	1 4 : 3 0
	H	女子 M 1, M 3 / 7 6 kg 級 M 1, M 2, M 3 / 8 4 kg 級 M 3 / 8 4 kg 超級	8	1 2 : 3 0	1 4 : 3 0

第 3、第 4 セッション終了予定 1 7 : 0 0

# 大会 2 日目 / 7 月 1 4 日 (日) 進行表

8:00 開場

9:30 審判員ルールクリニック・進行スタッフミーティング、補助員ミーティング

10:30 試合開始

## 第 5 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
A	I	男子 M 1, M 2 / 5 9 kg 級	1 2	8 : 3 0	1 0 : 3 0
	J	男子 M 1 / 6 6 kg 級	1 0	8 : 3 0	1 0 : 3 0

## 第 6 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
B	K	男子 M 3, M 4 / 5 9 kg 級	1 0	8 : 3 0	1 0 : 3 0
	L	男子 M 2, M 3, M 4 / 6 6 kg 級	1 2	8 : 3 0	1 0 : 3 0

## 第 7 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
A	M	男子 M 2, M 3, M 4 / 7 4 kg 級	1 2	1 2 : 3 0	1 4 : 3 0
	N	男子 M 1 / 7 4 kg 級	1 4	1 2 : 3 0	1 4 : 3 0

## 第 8 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
B	O	男子 M 1, M 4 / 8 3 kg 級	1 3	1 2 : 3 0	1 4 : 3 0
	P	男子 M 2, M 3, M 5 / 8 3 kg 級	1 4	1 2 : 3 0	1 4 : 3 0

第 7, 第 8 セッション終了予定 1 8 : 0 0

# 大会 3 日目 / 7 月 1 5 日 (月) 進行表

8:00 開場

9:30 審判員ルールクリニック・進行スタッフミーティング、補助員ミーティング

10:30 試合開始

## 第 9 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
A	Q	男子 M 2 / 9 3 kg 級	1 0	8 : 3 0	1 0 : 3 0
	R	男子 M 1 / 9 3 kg 級	8	8 : 3 0	1 0 : 3 0

## 第 1 0 セッション

コート	グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
B	S	男子 M 3 / 9 3 kg 級 M 2, M 3 / 1 0 5 kg 級	1 1	8 : 3 0	1 0 : 3 0
	T	男子 M 1 / 1 0 5 kg 級	9	8 : 3 0	1 0 : 3 0
	U	男子 M 1, M 2 / 1 2 0 kg 級 M 1, M 2 / 1 2 0 kg 超級	7	8 : 3 0	1 0 : 3 0