

(健全者・障がい者交流大会)

第16回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会

兼世界クラシックベンチプレス選手権大会選考競技会
兼アジアクラシックベンチプレス選手権大会選考競技会

開催要項

- ・日時：平成28年3月12日(土)～13日(日) 開会式3月12日(土)10:30(予定)
- ・会場：高知市文化プラザ かるぼーと 7階 展示室1・2
〒780-8529 高知市九反田2-1 TEL 088-883-5011
- ・主催：公益社団法人日本パワーリフティング協会 (JPA)
- ・主管：高知県パワーリフティング協会
- ・協力：JPA 四国ブロック・近畿ブロック・関西学生連盟・ちからこぶGYM (愛知県)
- ・後援：高知県・高知県教育委員会・公益財団法人高知県体育協会・高知市・高知市教育委員会
高知新聞社・RKC高知放送・KUTV テレビ高知・高知さんさんテレビ (予定)
- ・階級：男子9階級：※53・59・66・74・83・93・105・120kg・+120kg級
女子8階級：※43・47・52・57・63・72・84・+84kg級
(※男子53・女子43kg級はジュニア、サブジュニアのみ)
当日、申込階級と検量が相違する場合は失格とする。オープン参加は認めない。
- ・参加区分：①サブジュニア 大会当日満14歳以上～カレンダーイヤー18歳
②ジュニア カレンダーイヤー19～23歳
③一般の部 満14歳以上無制限
④マスターズⅠ カレンダーイヤー40～49歳
⑤マスターズⅡ カレンダーイヤー50～59歳
⑥マスターズⅢ カレンダーイヤー60～69歳
⑦マスターズⅣ カレンダーイヤー70歳以上
※カレンダーイヤーの年齢とは、開催年の1月1日から12月31日の間に誕生日となった時の年齢(大会開催年の12月31日時点の年齢)。
- ・競技方法：JPAルールによるノーギア競技。1面開催によるラウンド制。
【障がい者限定ルール】
 - ①障がい者とは、障がい者手帳を持つ人を対象とする。障がいの等級、部位は問わない。
 - ②体重は、検量体重とし欠損部位の重量加算はしない。ただし、日本記録に挑戦する場合は欠損部位の加算を行うこととする。
 - ③競技時間は2分とする。(参考：通常は1分)
 - ④ベンチプレスにおける肘の曲がっている選手は、本人からのアピールで可とする。又、試技開始時と終了時の肘の曲がり角度が違う場合は失敗となる。
検量時に障がい者手帳(コピー可)を見せること。
※検量担当者は、記録カードに障がい者の記入欄をチェックすること。
 - ⑤順位は、JPAルール通り挙上重量順で決める。同記録・同体重の扱いもJPAルール通り。
 - ⑥記録については、JPAの公認記録とする。但し、④に該当する選手が日本記録を出して



私たちは toto 助成を受けています。

も、日本記録として認定しない。又、今大会で出した記録は、JDPFの公認記録にはならない。

- ・参加資格：①平成27度のJPA選手登録済みで、大会当日満14才以上の日本国籍を有する男女及び過去1年以上適法な在留資格に基づき日本に滞在している満14才以上の外国籍の男女。
 - ②主管協会に所属する選手であって、主管協会理事長の推薦に基づき技術委員長が認めた選手。男女合計3名まで。
 - ③事前にアンチ・ドーピングに関する講習会を受講した選手。大会に参加する選手は事前にアンチ・ドーピングに関する講習会を受講しなければならない。受講していない選手は、大会に参加することはできない。参加申込書とともに受講証明書の控え(コピー)を送付すること。
- なお、JADA公式HPからWeb研修で「Real Winner」を受講修了した選手は、別途JADA修了証の控え(コピー)を提出することにより、上記講習会を受講したものとみなす。
- 又、Web環境の無い人は、アンチ・ドーピング履修レポートをJPA本部への提出により、受講証明書を発行しますので、その控え(コピー)を送付すること。
- アンチ・ドーピング履修レポート用紙はJPAホームページのダウンロードの「アンチ・ドーピング履修レポート」にありますので、Web環境のある管轄協会の事務局又は役員等から入手して下さい。

アンチ・ドーピング履修レポートの提出先

〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1
 岸記念体育会館4F 公益社団法人日本パワーリフティング協会
 TEL: 03-3481-1020 FAX: 03-3481-1021
 E-mail : powerlifting@japan-sports.or.jp

- ★受講証明書及び修了証の有効期限は、受講した年度の翌々年度末まで。
- ★ご注意…今大会では、アンチ・ドーピング講習会は行いません。
- ★Web研修での「Real Winner」は、2015年世界アンチ・ドーピング規程変更に伴い、3月末で停止しましたので、ご注意下さい。

- ④参加選手は、所属の地方協会にて選手登録を完了しておくこと。全日本大会の会場での選手登録は受けません。また、大会主管協会(高知県)に登録料を直接送金しても受理しませんので注意すること。
- ⑤地方協会が未組織又は活動休止状態の場合は、以下のブロック長の所属する県協会にて選手登録をすること。

【JPAブロック長 連絡先】

ブロック域	氏名	郵便番号	住所	電話
北海道・東北	伊藤 和弘	018-1523	秋田県南秋田郡井川町坂本三獄下 138	018-874-2541
関東	小森 正昭	272-0137	千葉県市川市福栄 3-23-1-713	047-395-5048
北信越	渡辺 智康	929-1114	石川県かほく市狩鹿野 2 36	076-283-1439
東海	伊藤 教雄	443-0045	愛知県蒲郡市旭町 8-21	0533-67-4123
近畿	仲 博幸	673-0424	兵庫県三木市自由が丘本町 3-5	079-482-4275
中国	石本 直樹	708-0015	岡山県津山市神戸 800-1	0868-28-0535
四国	神岡 俊輔	781-0241	高知県高知市横浜新町 4-931	090-4782-1241
九州	濱里 一	901-0244	沖縄県豊見城市字宜保 118	098-995-8459

⑥下記の標準記録を突破していること。

男子標準記録				
	一般	ジュニア マスターズⅠ	サブジュニア マスターズⅡ	マスターズⅢ
※53Kg級		82.5	72.5	
59Kg級	100	90	80	65
66Kg級	110	100	90	72.5
74Kg級	120	110	97.5	80
83Kg級	130	117.5	105	85
93Kg級	140	125	112.5	90
105Kg級	147.5	132.5	120	95
120Kg級	155	140	125	100
+120Kg級	160	145	130	105

※印の階級はサブジュニア、ジュニアのみを対象とする。

※男子マスターズⅣと女子には参加標準記録はありませんが、下記有効期限内に最低1回以上の公式戦参加が必要となる。参加が無い場合は、標準記録の有無にかかわらず、当該競技会への参加要件を満たさないものとして扱う。

☆公式競技会において参加標準記録以上の成績を収めていること。

☆有効期限は、当該全国大会の前年度開催日の初日から当年度の申込締切日までとする。

(平成26年度同大会の成績は有効である。又、同大会以降開催のほかの公認大会の成績も有効)
(平成27年2月21日～平成28年2月11日(申込締切日)まで有効)

☆IPF・APF主催及び傘下協会主催の各世界選手権大会

⑦実績と異なる階級への出場について

選手は、標準記録以上の成績を納めた際の階級と異なる階級へは出場はできないものとする。但し、体重より更に重い階級の標準記録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。

<例>74kg級で出場した際に、83kg級の標準記録まで突破している選手は、66kg級へは出場できないが、83kg級には出場できる。

注) 上記は、技委発第14-6号通達「平成27、28年度JPAが主催する全国規模の競技会における出場標準記録について」を一部抜粋加筆したものです。詳細は、JPAホームページを参照して下さい。

・世界選考：今大会は、2016年度から開催される世界クラシックベンチプレス選手権大会の選手選考会を兼ねます。(5月中～下旬・南アフリカ)

試技終了直後に選手選考を即時実施し、選手決定、申込完了まで手続きを行いますので、各セッション終了後必ず選考ブースまでお立ち寄りください。

なお、当日選考ブースにお越しにならない選手は、上記選手権の選手選考からは除外します。
詳細は、後日追って発表致します。

- ・**服装**：①リフティングスーツ(ツリパン)とTシャツとする。リフティングスーツの裾の長さは25cm以内とする。
②ツリパンを着用しないと失格となる。(スパッツは不可)
③ベンチシャツは不可とする。
④ベルト、リストラップは使用可。
⑤ツリパン、ベルト、リストラップは、JPA競技規則による規格に適合していなければならない。
⑥コスチュームチェックを実施しますので、ご注意ください。
⑦服装規定の詳細はルールブックを参照の事

- ・表彰：①個人戦：男女別に各階級1～3位にメダルと賞状 4～6位に賞状
- ②最優秀選手賞：男女別に盾と賞状
- ③クラブ対抗団体戦及び都道府県別団体戦は、次の区分で表彰する。

①一般の部 ②マスターズ全区分 ③ジュニア・サブジュニア

■クラブ対抗団体戦は：1位～6位に賞状

■都道府県別団体戦は：1位～6位に賞状

<団体戦は平成27年度JPA登録団体で、1団体3名以上>

- ④得点は、各カテゴリーとも、以下のとおり。

順位	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位以下
得点	12点	9点	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点

※女子の部、男子の部は設けず、各団体上位選手5名の合計得点で順位を決定します。

- ・参加費：①一般、マスターズ：10,000円
- ②サブジュニア、ジュニア：8,000円
- ③障がい者はカテゴリーを問わず5,000円
- ④団体戦は参加費不要

【ダブルエントリーの場合】

- ①一般+サブジュニア・ジュニア：15,000円
- ②一般+マスターズ：17,000円

- ・申込方法：参加費を所定の口座に振り込み、参加申込書は、必要事項を記入の上、各協会まとめて又は個人で、以下を同封の上、下記宛に送付して下さい。同封されていない場合、受理せず返却します。

【添付するもの】

- ①振込書のコピー（現本でも可）
- ②選手証のコピー
- ③アンチ・ドーピングに関する受講証明書（又は Web 研修の終了証及び履修レポートの受講証明書のコピー
- ④団体戦参加チームは、団体登録証のコピー
- ⑤ドーピング検査同意書（対象：20歳未満の選手…親権者の同意が必要 2015年より新設）

【申込書送付先】

〒780-8075 高知県高知市朝倉南町5番14-6
 高知県パワーリフティング協会事務局宛
 TEL：090-7753-1422（山本英立）
 E-mail：kcf119@ray.ocn.ne.jp

【参加費振込先】

- 銀行名：四国銀行（店番051）
- 口座番号：5120579
- 口座名：高知県パワーリフティング協会 理事長 神岡俊輔

※振込みは、可能な限り選手名義の口座からお願いします。

※ジム等で、複数の選手分を入金する場合は振込依頼人欄を打ち変えて下さい。14文字程度可能

<記入例>コウチパワークラブ4 → コウチパワークラブから4名分の意味です。

- ・申込締切：平成 28 年 2 月 11 日（木）締め切り厳守
- ・ドーピング検査：全選手の中から無作為に数名を選び実施します。
- ・宿泊：別紙案内を参考にしてください。体重計は、サウスブリーズホテル（宿泊案内参照）と会場に設置します。
- ・物品販売：本大会は非営利事業として会場側と契約していますので、規則上物品販売は一切認めません。ただし、会場で現金授受を伴わない注文書等による業者と個人間の発注は可能。
（例）業者が現品やカタログ等を展示し、客が注文書により発注し後日郵送するもの。
※これに従わず、会場での現金授受を現認した場合は直ちに撤収・退去を命じます。
- ・ビデオ撮影：販売目的のビデオ撮影を希望される場合には、JPA 財務委員会へ届出をして下さい。連絡先は次のとおりです。

〒272-0137 千葉県市川市福栄 3-23-1-713
 JPA 財務委員会 委員長 小森 正昭（TEL：047-395-5048）
 EMail：powerkomori@khc.biglobe.ne.jp

- ・その他：
 - ①TEL・FAXでの申込み、締切日を過ぎての申込みは受け付けません。
 - ②口座振り込み証明のコピー、アンチ・ドーピングに関する受講証明書及び選手証のコピーが同封されていない参加申込みは、受け付けません。
 - ③締切日を過ぎてから参加を取りやめても、参加費は返却されません。
 - ④会場内では安全上の注意事項を厳守して下さい。
 - ⑤競技エリアには選手と大会関係者以外の立ち入りを禁止します。
- 本大会の申込みにあたって取得した個人情報は、大会関連業務遂行に関して利用します。申込み時点で本人の同意が得られたこととする。
- 本大会に参加される選手、関係役員及びスタッフを含めた会場風景や競技中の写真を、JPA が作成する各種のPR用ポスター、JPA が主催する大会案内用ポスター、JPA のホームページ、JPA 時報への掲載等、JPA の事業活動のために利用することがあります。あらかじめご了承下さい。
- シャフトとベンチラックは、株式会社ザオバ(BULL)の製品を使用予定です。
- 大会スケジュールはエントリー締め切り後、JPA のホームページでエントリー表及び競技スケジュールを発表します。

第16回 ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会 参加申込書 兼 記録表

・予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上、申し込んで下さい。

■障がい者の方は右にチェックを入れて下さい。⇒ 障がい者

No.	申込階級	氏名(ふりがな)	性別	生年月日	
	kg級 ()		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	和暦 年 月 日 西暦 年 月 日 カレンダーイヤー 歳	
参加区分 (該当の□にチェック)		<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> マスターズⅠ・Ⅱ・Ⅲ・Ⅳ <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> サブジュニア			
検量	セッション	グループ	所属都道府県	所属クラブ・団体名	
kg					
本大会への意気込み、キャッチフレーズ等				日本記録挑戦の予定	
				<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	
ラックの高さ		セーフティバー高さ		足台	
上から 個目	上から 個目			<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	
	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト	フォーミュラ
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	
変更	kg	第3試技変更 1	kg	/	
※会場で検量時、第1試技の重量とラック高さを記入して提出すること。		第3試技変更 2	kg	順位	位
標準記録達成: 平成 年 月 日 記録:			kg	自己ベスト記録	
大会名:			選手権大会	kg	
参加費 <input type="checkbox"/> 5,000円 <input type="checkbox"/> 10,000円 <input type="checkbox"/> 12,000円 <input type="checkbox"/> 17,000円					

国際大会参加希望 (該当の□にチェック)	アジア大会 <input type="checkbox"/> 参加希望 <input type="checkbox"/> 不参加 <input type="checkbox"/> 検討中	連絡方法
		<input type="checkbox"/> 郵送 <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> FAX

※国際大会参加希望欄に「チェック」をつけなかった場合、参加希望がないものとします。

誓約書	
(公社)日本パワーリフティング協会 御中 高知県パワーリフティング協会 御中	平成 年 月 日
<p>・本大会の参加に際して、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をおかけ致しません。又、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。</p> <p>・尚、本大会の参加者本人を含む会場風景や競技中の写真を、JPA が作成する各種のPR用ポスター、JPA が主催する大会案内用ポスター、JPA のホームページ、JPA 時報への掲載等、JPA の事業活動のために利用されることについて、了承します。</p> <p>・又、日本アンチ・ドーピング機構が定めるドーピング防止規程及び関係規則類を遵守し、JPA のアンチ・ドーピング活動に従います。</p> <p><input type="checkbox"/>同封の受講証明書のとおりアンチ・ドーピングに関する講習会受講済み。</p>	
住所 〒 _____	
TEL: _____	FAX: _____
氏名 _____	Ⓜ E-mail: _____

第16回 ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会 クラブ対抗団体戦参加申込書(2016/2/11 締切)兼集計票

高知県パワーリフティング協会 御中

下記のとおり、クラブ対抗団体戦（3名以上）に参加申し込みします。

カテゴリー 一般 マスターズ ジュニア・サブジュニア

団 体 名		責任者	
責任者連絡先	〒 住所	TEL	
		Eメール	

※男女別はありませんのでご注意ください。

性別	階級 Kg	選 手 氏 名	順 位	点 数
			合計得点	
			順 位	

※得点上位5名を対象とする。

※同一階級は2名までが得点の対象となる。

順位	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位以下
得点	12点	9点	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点

選手数が多すぎて書ききれない場合は、この用紙をコピーして使用のこと。

アンチドーピングに関する大切なお知らせ

平成 27 年 4 月
(公社) 日本パワーリフティング協会
スポーツ医科学委員会
委員長 蜂須 貢

昨年 7 月にお知らせしましたように、昨年の全日本マスターズパワーリフティング選手権大会にて、男子選手のドーピング陽性事例が発生し、当該選手の同競技会の成績抹消および 3 か月の資格停止が決定しております。

JPA は発足以来、アンチドーピングに努めてきましたが、5 例目（国内 3 例、国外 2 例）のドーピング違反者が出ております。過去の違反内容はステロイド剤による確信的ドーピング違反が 2 例、サプリメントに違反物質が入っていた者が 1 名、市販風邪薬を服用し、薬に違反物質が入っていた者が 2 名です。

確信的ドーピングの廃絶は当然ですが、不注意によるドーピング違反は誠に残念なことです。不注意からのドーピング違反により、選手本人および JPA の名誉を大きく傷つけることは、あまりにも大きな代償です。

「市販薬、医療用薬剤にドーピング違反物質が含まれていることは稀ではありません。」昨年の事例を受けて、再度以下の 3 点を全選手および関係者に徹底していただき、不注意によるドーピング違反を廃絶したいと思います。

1. 医師から処方された医薬品を使用する場合

JADA のホームページ内にある「Global DRO JAPAN」<http://www.globaldro.com/jp-ja/search/> にて処方薬がドーピング違反とならないか確認してから使用して下さい。全ての医師、薬剤師がドーピングに関する知識を十分に有しているとは言えません。薬剤師に相談する場合はスポーツファーマシストの看板を掲げている薬局で相談して下さい。以下のマークのある薬局です。



2. 市販薬を購入し使用する場合

「2014 薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック」

http://www.nichiyaku.or.jp/action/wp-content/uploads/2014/07/guidebook_web2014_1.pdf

に使用可能と書いてあるものしか使わないようにして下さい。よく似た名前、同じ名前でも銘柄や用量が違えば使わないこと。

なお、風邪薬（総合感冒薬、鎮咳去痰薬）に関しては、「2014 薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック」P24～P27 を必ず確認して下さい。ここに「使用可能薬例」として記載のないものでも、ドーピング違反とならない薬もありますが、この冊子の「使用可能薬例」から薬を選びましょう。

3. 特に気を付けたい市販薬、健康食品、サプリメントの知識を持つ

「2014 薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック」の p 21～23 を読んでおくこと。

1) 胃腸薬、2) 滋養強壯薬、3) 毛髪・体毛用薬、4) 鎮咳去痰薬、5) 漢方薬、6) 風邪薬、7) その他の薬品、8) 健康食品・サプリメントに関する諸注意が、簡潔にまとめられています。

以上の 3 点を JPA 登録選手は徹底して下さい。なお、各県協会、各加盟ジムにおいても所属の選手への指導と啓発をお願い致します。

なお、具体的な薬剤名に関して不安がある場合は、蜂須 (mhachisu@pharm.showa-u.ac.jp) までメールをいただければ、鋭意回答致します。

以上

健康対策について

(公社) 日本パワーリフティング協会
スポーツ医科学委員会
委員長 蜂須 貢

参加申込みに際しては、下記の健康チェックリストにより、各自で事前に健康チェックをしてください。当てはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、自己の責任において必要な対応を行ってください。

大会に参加する場合、健康管理には万全を期して、自己責任で参加申込みをしていただきますようお願いいたします。

第16回ジャパングラシックベンチプレス選手権大会 第17回全日本消防士・警察官・自衛官オープンベンチプレス選手権大会

A 下記の項目(1~4)のうち、1つでも当てはまる項目があれば、大会参加の可否について、かかりつけ医によく相談してください。かかりつけ医のもと、健康診断や心臓検診を受けてください。

- 1. 心臓病(心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、不整脈など)の診断を受けている、もしくは治療中である。
- 2. 突然、気を失ったこと(失神発作)がある。
- 3. 血縁者に、いわゆる“心臓マヒ”で突然亡くなった方がいる(突然死)。
- 4. 最近1年以上、健康診断を受けていない。

B 下記の項目(5~8)は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。当てはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、大会参加前までに状態を安定させてください。

- 5. 血圧が高い(高血圧)。
- 6. 血糖値が高い(糖尿病)。
- 7. コレステロールや中性脂肪が高い(高脂血症)。
- 8. たばこを吸っている(喫煙)。

※かかりつけ医とは、皆さんの健康や体調を管理してくださっている身近なドクターです。

※かかりつけ医をきちんと決めて、各種の検査や大会参加などについて相談しましょう。

以上

安全に関する注意事項

公益社団法人 日本パワーリフティング協会

パワーリフティング競技は極限の重量を扱うため、大怪我をする等の不測の事態が発生する危険があります。選手、役員、スタッフ等の大会関係者全員は、このことを十分に理解した上で安全確保に努めるとともに、競技会場及びウォーミングアップ場においては、下記に例示する注意事項を遵守して大会に臨むようお願いいたします。

《選手の注意事項》

- ①カラー未装着が原因で落下したプレートによる怪我
⇒ウォームアップの場合も、必ずカラーを取付けて実施すること。
- ②スーツ類の破れによる怪我
⇒スーツ類の劣化や縫い目等について、自己チェックを徹底すること。
- ③スクワット及びベンチプレスのバーベル落下による怪我
⇒選手は慎重にスタートポジションを取ること、シャフトをしっかり握ること。
特に、スクワット時のバーベル落下は、選手ばかりか補助員も巻き込んだ大きな怪我につながるおそれがあるので、選手は試技途中で立ち上がれない場合でも、絶対に後ろへ投げ出さないこと。必ず肩に担いだままで、補助員の手助けを借りて立ち上がること。
- ④デッドリフトのフィニッシュ後半での怪我
⇒ダウンの合図後に足先へプレートを落下させないように、スタンスに注意すること。
- ⑤当日、体調不良による怪我
⇒安全を優先して、棄権する勇気も必要です。

《補助員の注意事項》

- ①スクワット及びベンチプレスの挙上失敗に伴う怪我
⇒外したプレート等は、つまずいたりしないように、足元近辺には絶対に置かないこと。又、常にバーベルの落下を想定して、選手の動きを見ながらしっかりと補助の構えを取ること。
特に、ベンチプレスで万一の場合の補助動作では、プレート内側直近部分のシャフトを絶対に持たないこと。必ず、シャフトの中央部分やプレート外側部分又はプレート自体を持つこと。
- ②ベンチプレスのバーベル受け渡しの不手際による怪我
⇒センター補助は、選手にバーベルを確実に受け渡しができるように、手を離す際には慎重に行うこと。
- ③デッドリフトの後方転倒に伴う怪我
⇒センター補助は、選手と一緒に倒れることを避けるために、腰を落として補助の構えを取り、選手の動きをよく見ること。

《その他の注意事項》

- ①会場設営時や撤収時
⇒プレート、ラック等の重量物運搬中に、手指、足、腰等に怪我をするおそれがあります。十分に注意して作業を行うこと。大会終了後は、疲れているので、慌てずに慎重に行うこと。
- ②見学、応援時
⇒ウォーミングアップ場では、器具周辺から離れて見学し、足元に注意すること。
- ③会場内全体
⇒大会会場に掲示されている施設利用上の注意事項、指示事項、禁止事項等に従うこと

★大会期間中は傷害保険に加入しています。万一、会場内で怪我をした場合は、速やかに大会事務局又は大会実行委員長に申し出て下さい。大会終了後又は通院治療後でも構いません。

★怪我とは別に、気分が悪くなったり、体調を崩したりした場合は、休日診療先を案内しますので、遠慮なく大会事務局に申し出て下さい。

以上

大会会場・宿泊案内

■会場 高知市文化プラザ かるぼーと 7F

〒780-0832 高知県高知市九反田2-1 Tel: 088-883-5011

■会場までの交通アクセス

- 〈鉄 道〉 JR高知駅より路面電車に乗換え、電停「はりまや橋」下車。東へ徒歩5分。
- 〈タクシー〉 JR高知駅から大会会場までタクシーで約10分。
- 〈自動車〉 高知自動車道高知ICから大会会場まで約25分。
- 〈高速バス〉 バス停「はりまや橋」下車。東へ徒歩5分。
- 〈飛行機〉 高知龍馬空港から連絡バスで約50分、バス停「はりまや橋」下車。東へ徒歩5分。



■大会メインホテル：体重計設置

サウスブリーズホテル 〒780-0825 高知市農人町5-29 Tel:088-885-5050 FAX:088-885-5051

高知県パワーリフティング協会で、以下の部屋数を確保しています。

予約の際は必ず「高知県パワーリフティング協会分」と申し出てください。

締め切りは平成28年2月15日(月)です。これを過ぎると空き部屋は全てホテルに返します。

3/11 (金) シングル	30 部屋 (5,750 円/泊：朝食付)
3/12 (土) シングル	30 部屋 (5,750 円/泊：朝食付)
3/13 (日) シングル	30 部屋 (5,750 円/泊：朝食付)

■その他の周辺ホテル

- ①西鉄イン (はりまや橋直近)
- ②高知パシフィックホテル (JR高知駅前)
- ③高知ホテル (JR高知駅前)
- ④ホテル日航高知旭ロイヤル (大会会場直近)

☆体重計は大会前日から「サウスブリーズホテル」に設置します。

☆宿泊施設は各自で直接申し込んでください。

平成27年11月吉日

審判有資格者 各位

公益社団法人 日本パワーリフティング協会
技術委員長 阿南 喜裕

第16回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会、
第17回全日本消防士・警察官・自衛官オープンベンチプレス選手権大会における
陪審員・審判員のご協力のお願い

拝啓 貴協会におかれましては益々のご発展のこととお慶び申し上げます。

平素はパワーリフティング競技へのご理解・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、ご案内のとおり、JPA が主催する標記の大会が、平成28年3月12日(土)～3月13日(日)に高知県協会の
の主管により開催されます。

ついては、標記大会の陪審員・審判員を募集しますので、何かとご多忙のこととは存じますが、各位のご協力
をお願いいたします。なお、関東ブロックにおける各協会所属の審判員(なるべく2級以上)の方には、積極的なご
協力をいただきますようお願いいたします。

ご協力をいただける審判員の方は、お手数ですが、下記に必要事項をご記入の上、この書面のまま、平成28
年2月20日(土)までに、郵送、FAX又はEメールにて、阿南喜裕宛で送付してください。

Eメールで申込みをされる方は、JPA ホームページの「ダウンロード」のところにある「陪審員・審判員申込書」を
ご利用されると容易に申込書が作成できます。ご協力いただく方には、お弁当、謝金(3,000円)が支給されま
す。手配の関係上、必ずご連絡ください。

なお、送付先は、大会事務局宛てではありませんので、ご注意願います。

敬具

ジャパンクラシックベンチプレス大会 & 一士二官ベンチプレス大会
陪審員・審判員申込書

〒703-8241

岡山県岡山市中区高島新屋敷 206-15

JPA 技術委員長 阿南 喜裕 様

TEL 086-275-0370 FAX 086-899-6970

E-mail anany1975@yahoo.co.jp

平成 年 月 日

_____ パワーリフティング協会

下記のとおり、協力します。

※Eメールアドレスの記入を忘れないようお願いします。

ご氏名	級	3/12(土)	3/13(日)	ご連絡先住所・電話番号・Eメール
	<input type="checkbox"/> 国内 級 <input type="checkbox"/> 国際 級	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	
	<input type="checkbox"/> 国内 級 <input type="checkbox"/> 国際 級	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	
	<input type="checkbox"/> 国内 級 <input type="checkbox"/> 国際 級	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	

★セコンドに付かれる場合は、該当階級から外しますので、下記に記入して下さい。

男子 kg 級 kg 級 kg 級

女子 kg 級 kg 級 kg 級

平成27年11月吉日

関係各位

高知県パワーリフティング協会
会長 野中 一興
理事長 神岡 俊輔
(公印省略)

(健常者・障がい者交流大会)

第16回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会ご協賛について (お願い)
兼アジアクラシックベンチプレス選手権大会選考競技会

拝啓、時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素は、パワーリフティング競技へのご理解とご支援及びご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、平成28年3月12日(土)・13日(日)高知市「かるぽーと」において健常者・障がい者交流大会として「第16回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会」を開催する運びとなりました。

今回、全国各地から選り抜かれた選手を迎えるにあたり、精一杯の準備・運営を行う所存ではありますが、何分にも微力な財政基盤のため、十分な大会運営資金の調達ができず苦心しております。

ついては、大会プログラムへのご協賛広告を通じてより一層のご支援を賜りたく、下記の通り募集を致します。何卒、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

敬具

★プログラムご協賛広告掲載サイズと料金は、下記の通りです。

プログラムA4版	サイズ(縦×横)	料 金	備 考
1 ページ	265mm×180mm	¥30,000	
1/2ページ	130mm×180mm	¥20,000	
1/4ページ	62mm×180mm	¥10,000	
1/8ページ	62mm×90mm	¥5,000	
個人協賛	個人名記載	¥3,000	

なお、原稿(版下)又はデータを下記宛、ご送付下さい。同時に掲載料も振り込み願います。

<記入例>キョウサン パワージム

・原稿送付先

〒781-0241 高知県高知市横浜新町四丁目 931 番地
高知県パワーリフティング協会 神岡 俊輔
TEL 090-4782-1241
E-mail: kcf119@ray.ocn.ne.jp

・掲載料振込先

●口座番号:高知中央郵便局 記号—16490 番号—292411
●口座名:高知県パワーリフティング協会 理事長 神岡 俊輔
●ゆうちょ銀行以外から振込む場合は、下記の内容をご指定下さい。
【店名】六四八(読みロクヨンハチ)
【店番】648 【預金種目】普通預金 【口座番号】0029241

・申込締切日 平成28年2月8日(月) 締切り厳守でお願いいたします。

