

第19回ジャパクラシックベンチプレス選手権大会

(世界クラシックベンチプレス選手権大会、アジアベンチプレス選手権大会選考競技会)

開催要項

- ・日時 平成31年1月19日(土)、1月20日(日)
※具体的なスケジュールは、申込み後 JPA ホームページで発表します。
- ・会場 : 堺市立大浜体育館小体育室 (別紙案内図参照)
- ・住所 : 堺市堺区大浜北町 5-7-1 大浜公園内 TEL : 072-221-2080
※当日の問合せ・連絡先 : 大阪府パワーリフティング協会理事長 中田 090-8936-3632 (携帯)
- ・主催 : 公益社団法人 日本パワーリフティング協会 (JPA)
- ・主管 : 大阪府パワーリフティング協会 (OPA)
- ・協力 : 近畿ブロック各県協会、関西学生連盟
- ・後援 : スポーツ庁、(公財) 日本スポーツ協会、(公財) 日本オリンピック委員会 他
- ・階級 : 男子 9 階級 : 53kg 級, 59kg 級, 66kg 級, 74kg 級, 83kg 級, 93kg 級, 105kg 級, 120kg 級, 120kg 超級
女子 8 階級 : 43kg 級, 47kg 級, 52kg 級, 57kg 級, 63kg 級, 72kg 級, 84kg 級, 84kg 超級
⇒男子 53kg 級と女子 43kg 級は、ジュニアとサブジュニアのみ実施。一般とマスターズでは設定しません。
- ・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、大会開催年の 12 月 31 日時点の年齢
(例 : 1980 年生まれの場合、誕生日に関わらず 2019 年は 39 歳です。)
- ・競技方法 : JPA ルールによるクラシック競技。ラウンド制、1 面で実施。申込階級と当日の検量が相違する場合は、失格とします。
- ・器具 : ラック ELEIKO PL スクワットラック/ベンチ台 (機械式)
シャフト ELEIKO PL 競技用バー (29mm シャフト部直径)
プレート BULL パワーリフティングプレート
- ・参加資格 : ①平成 30 年度の 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であって、標準記録を突破した選手。
②標準記録に満たない選手であっても、都道府県大会優勝者又は各ブロック大会上位

入賞者で、当該ブロック長の推薦に基づき技術委員会が認めた選手（ブロック毎に男女合計3名まで）。

③主管協会(大阪府)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会が認めた選手(男女合計3名まで)。

④事前にドーピング防止講習会を受講した選手、セコンド。

平成29年度(平成29年4月1日)より全国規模大会への出場は選手とセコンドどちらもドーピング防止講習会の受講証明書が必要となります。大会に参加する選手は、参加申込時にドーピング防止講習会受講証明書の控え(コピー)を提出すること。セコンドは大会当日に受講証明書の原本または控え(コピー)を提出すること。

これまで採用していたWeb研修(アルファ)、履修レポートは、平成29年度より廃止し、本大会でも無効です。

1)ドーピング防止講習会の受講証明書の有効期限は取得日より2年以内です。

2)ドーピング防止講習会は、本大会の開催時に実施します。

1月18日(金)午後18時より

1月19日(土)午後18時より

堺市大浜体育館第一研修室

本大会の講習会の受講も有効とします。詳細はJPAホームページにエントリーを掲載時に示します。

⑤「アンチ・ドーピングに関する誓約書及び摂取医薬品・サプリメント申告書」を提出しなければならない。平成27年度、ドーピング規則違反者を出したことを踏まえ、アンチ・ドーピング活動を徹底推進することになり、平成28年度より、選手一人一人のアンチ・ドーピングに関する意識付け強化のために、義務付けています。参加申込書とともに、記名捺印した「アンチ・ドーピングに関する誓約書及び摂取医薬品・サプリメント申告書」の同時提出がない場合、本大会への参加は認められませんので申込書を不受理とし返却します。Webエントリーフォームで入力された場合は、郵送による提出は不要です。

申込書と同時に提出した「アンチ・ドーピングに関する誓約書及び摂取医薬品・サプリメント申告書」に疑義がある場合は医科学委員会より別途連絡しますので必ず回答してください。

⑥18歳未満の競技者が本大会に出場するためには、親権者の同意書が必須となっています。別紙の同意書に必要事項を記載してWebエントリーフォームにアップロードまたは郵送してください。

⑦参加選手は、JPA選手登録手続きに従って、登録を完了しておいてください。

http://www.jpa-powerlifting.or.jp/registration_main/

・標準記録：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

標準記録の有効期限は、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します。(平成29年10月28日～平成30年12月10日)

前年度同大会の記録は有効です。

平成30年度の参加標準記録は以下のとおりです。

	階級 kg級	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
男子	※53	-	87.5	77.5	-
	59	107.5	95	85	70
	66	117.5	105	95	75
	74	127.5	115	102.5	82.5
	83	137.5	125	110	90
	93	147.5	132.5	117.5	95
	105	155	140	125	100
	120	160	145	127.5	105
+120	165	147.5	130	107.5	

	階級 Kg級	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
女子	※43	-	37.5	32.5	-
	47	45	40	35	30
	52	47.5	45	37.5	32.5
	57	52.5	47.5	40	35
	63	55	52.5	45	37.5
	72	60	55	47.5	40
	84	67.5	60	52.5	42.5
	+84	70	62.5	55	45

※男子 53kg 級、女子 43kg 級は、サブジュニア、ジュニアのみ。一般とマスターズでは設定しません。

※マスターズIVに関しては、標準記録を設けていませんが、標準記録の有効期限内に最低1回以上の公式戦参加を必要とします。有効とする競技会は、日本国内で開催される JPA 公認競技会または IPF・APF 主催及び傘下協会主催の国際大会です。

※原則カテゴリー（フルギア・ノーギア）、競技種別（パワーリフティング・ベンチプレス）は同一であること。

※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収めた際の階級と異なる階級へは、出場できないものとする。ただし、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) 74 kg級で出場した際に 83 kg級の標準記録まで突破している選手は、66 kg級へは出場できないが、83 kg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」を一部抜粋したものであり、詳細は JPA ホームページを参照すること。

・服装 : JPA クラシックルールに基づく服装（吊りパン着用、スパッツは禁止）
JPA ルールブックを参照 <https://bit.ly/2EBwwGt>

・表 彰 : 個人戦 男女別各階級 1-3 位 メダルと賞状

4-6 位 賞状

特別賞 最優秀選手賞 男女各 1 名(フォーミュラで選考)

優秀選手賞 男女各 1 名(各カテゴリー フォーミュラで選考)

文部科学大臣杯 全選手から 1 名(フォーミュラを含めて総合的に判断)

※文部科学大臣杯を獲得した選手は、カップを次年度大会の開会式で返還すること。

団体戦 ①クラブ対抗団体戦 男女別<3 位まで楯> 1-6 位まで賞状

②都道府県別団体戦 男女別 結果を後日ホームページ上にアップ

<団体戦は平成 30 年度 JPA 登録団体で、1 団体 3 名以上>

《団体戦の得点配分》

	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位 以下
一 般	12	9	8	7	6	5	4	3	2	1
一般以外	8	7	6	5	4	3	2	1	1	1

※1 団体 3 名以上を対象とします。

※一般と一般以外(サブジュニア、ジュニア、マスターズ)の合計得点とし、得点上位 5 名を対象とします。

※ダブルエントリーの場合、得点上位のカテゴリーを対象とします。

・参加費 : 個人戦 一般、マスターズ=10,000 円、ジュニア、サブジュニア=8,000 円

一般とマスターズのダブルエントリー=18,000 円

一般とジュニアダブルエントリー=16,000 円

一般とサブジュニアダブルエントリー=16,000 円

団体戦 無料

・大会記念 T シャツ : 1 枚 2500 円(税込) サイズ S, M, L, XL, XXL, XXXL ※申込者のみに販売

表



裏



- ・ 申込方法：参加料及びTシャツ代(購入希望者のみ)を指定口座に振り込み、大阪府パワーリフティング協会のWebエントリーからお申込みいただくか、以下の必要書類を全てご郵送ください。なお、事務手続き簡略化のためできるだけWebエントリーでのお申込みをお願いします。

- ①参加申込書兼記録表(A4サイズで印刷、必要事項を記入し、署名をして下さい)
- ②振込書控のコピー(通信欄に階級、選手名を忘れずに記載して下さい)
- ③ドーピング防止講習会受講証明書のコピー
- ④アンチドーピングに関する誓約書および摂取医薬品・サプリメント申告書
- ⑥18歳未満競技者親権者同意書(18歳未満の競技参加者のみ)
- ⑦クラブ対抗団体戦参加申込書及び団体登録書のコピー(団体戦申込のみ)

※郵送での送付先

〒547-0027
大阪市平野区喜連 2-7-2-205
大阪府パワーリフティング協会事務局 奥谷 元哉 宛

※参加費の振り込み先、振り込み手数料は各自でご負担願います。

ゆうちょ銀行 店名：四〇八(ヨンゼロハチ)
普通：6882356 名前：大阪府パワーリフティング協会

- ・ 申込締切：平成30年12月10日(月) **※参加費、申込共に必着**
- ・ 国際大会選考：選考方法は、JPA国際大会選手選考基準に基づきます。
- ・ ドーピング検査：数名をランダムに選んで検査を実施します。
- ・ 宿泊：メインホテルは指定しません。各自でご予約下さい。
※体重計は会場にのみ設置します。(時間：17時-20時)
- ・ 物品販売及びビデオ撮影：物品販売及び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。連絡先は以下のとおりです。

〒399-9211
長野県北安曇郡白馬村神城 22200-42
JPA 財務委員会 委員長 沖浦 克治
TEL・FAX 0261-75-4331 携帯 090-4292-4401
e-mail ok1999rescue@yahoo.co.jp

(注) 出店の有料・無料について

会場スペースの関係上、出店ブースは1業者1テーブルとし、申し込みは先着順とします。

- ① JPA 賛助会員(法人・団体)は無料とする。※要財務委員会申請
- ② 非賛助会員は有料とする(1大会につき1万円を主管協会に支払う)
※要財務委員会申請

③ 営業・物販を目的としない一般のビデオ撮影は無料としますが、撮影場所は観客席からのみ可とします。

④ 会場内の出店用長机・イス等の借用に際しては①②とも実費代を主管協会にお支払いいただきます。

- ・その他 : ① 電話・FAX・メールでの申込み、締切日を過ぎての申込みは受け付けません。
- ② 必要書類の不備がある場合は受け付けません。
- 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。ステージ上には選手と大会関係者以外の立ち入りを禁止します。
- ⑤ ウォーミングアップエリアのセコンドは、原則 2 名とします。

・個人情報 : 個人情報の保護に適用される法令を遵守します。大会の申込みにあたって取得した個人情報は、本大会の運営及び国際大会選手選考のためにのみ利用します。肖像権につきましては別途下記のとおり定めます。

・肖像権 : 大会に関する肖像権は JPA に帰属します。本大会に参加される選手、関係役員及びスタッフの肖像、氏名、年齢、競技歴及び自己紹介などの個人情報大会のパンフレット、リザルト、大会に関連する広告物、次回以降の大会案内、報道並びに情報メディアにおいて使用されることがあります。また、会場風景や競技中の写真を、JPA または都道府県パワーリフティング協会が作成する各種の PR 用ポスター、大会案内用ポスター、ホームページ、JPA 時報への掲載等、JPA または都道府県パワーリフティング協会の事業活動のために利用することがあります。あらかじめご了承ください。

第 19 回ジャパ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兼集計票(12月10日締切)

大阪府パワーリフティング協会 御中

下記の通り、クラブ対抗団体戦(3名以上)に参加申し込みします。

団 体 名		責任者	
責 任 者 連 絡 先	住所:	TEL:	

男 子(名)

階 級 Kg	選 手 氏 名	カ テ ゴ リ ー	一 般		一 般 以 外		
			順 位	点 数	順 位	点 数	
※一般と一般以外(サブジュニア、ジュニア、マスターズ)の合計得点とし、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。			得点小計		—		
			得点合計				
			順位				

女 子(名)

階 級 Kg	選 手 氏 名	カ テ ゴ リ ー	一 般		一 般 以 外		
			順 位	点 数	順 位	点 数	
※一般と一般以外(サブジュニア、ジュニア、マスターズ)の合計得点とし、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。			得点小計				
			得点合計				
			順位				

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。

『ドーピング防止に関する大切なお知らせと注意点』

公益社団法人 日本パワーリフティング協会

スポーツ医科学委員会

平成27年度の全日本男子パワーリフティング選手権大会及びジャパクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会において、2名の男子選手のドーピング陽性事例が発生し、両選手の競技会の成績抹消や4年間の資格停止の厳しい処分が決定しました。JPAは発足以来、アンチ・ドーピングの啓発に勤めてきましたが、同一年度で2名のドーピング違反者は平成22年度以来の不祥事です。現在、2020東京オリンピックに向けて、JOC、(公財)日本体育協会、JADA等の関係諸団体が、「PLAY TRUE」のスローガンの下で、アンチ・ドーピング活動を鋭意推進している中で、JPAは大変厳しく危機的な状況におかれています。組織として襟を正して気を引き締め、再発防止に真剣に取り組めます。

選手一人一人においても、ドーピングはスポーツにおける犯罪であるとの認識を持ち、確信犯的ドーピングの根絶はもちろんのこと、不注意によるドーピング違反も無くす心構えが大切です。ドーピング違反により、選手本人及び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。医療用医薬品、市販薬、サプリメントにドーピング違反物質が含まれていることはまれではありません。平成27年度の事例を忘れないよう再度、以下の4点を全選手及び関係者に徹底していただき、いかなるドーピング違反もなくさなければなりません。

1. サプリメントの注意点

サプリメントには表示されていない禁止物質が混入されている可能性があります。禁止物質が混入されていないことを自主的に検査されているメーカーのサプリメントへの変更を推奨します。

2. 医療用医薬品(処方薬)の注意点

医師の処方薬であっても禁止物質があります。受診時に薬剤師のためのアンチ・ドーピングガイドブックの最新版を提示し、医師とよく話し合いの上、処方薬を決定してもらってください。合理的な医学的根拠がある場合、TUEを申請し、承認されることにより禁止物質であっても使用可能となります。TUEが認められるのは医師からの処方薬(漢方薬は除きます)のみですので該当する方は医師と相談し、TUEの申請を検討してください。

3. 薬局、ドラッグストアでの市販薬購入時の注意点

薬局には薬剤師、スポーツファーマシストが在籍しているため相談をしながら購入をして下さい。ドラッグストア、薬店には薬剤師が不在の場合がありますので薬剤師のためのアンチ・ドーピングガイドブックを持参し、使用可能な医薬品を一言一句商品名を間違えないように購入して下さい。下記の成分は市販薬に含まれる禁止物質で引っかかってしまいやすい一例ですが、市販薬の禁止物質はこれだけではありません。

- ・かぜ薬、咳止め：メチルエフェドリン、プソイドエフェドリン、麻黄(全て競技会時禁止)
- ・胃腸薬：ストリキニーネ、ホミカ(全て競技会時禁止)
- ・育毛薬：メチルテストステロン、プロピオン酸テストステロン(全て常時禁止)
- ・生薬、漢方薬：海狗腎、麝香、鹿茸は全て常時禁止です。生薬や漢方薬は明らかな禁止物質が含まれていない場合でも意図しない成分が混入している可能性があるため他の治療薬を検討された方が良いです。

4. 使用する医薬品の検索、問い合わせについて

「薬剤師のためのアンチ・ドーピングガイドブック」の掲載場所(日本薬剤師会)

(<https://www.nichiyaku.or.jp/activities/anti-doping/about.html>)

「Global DRO」

(<http://www.globaldro.com/JP/search>)

どちらも検索する手段としては有効ですが、万能ではありません。不明な点がある場合は必ず、都道府県の薬剤師会またはスポーツファーマシストまたは日本パワーリフティング協会(webmaster@jpa-powerlifting.or.jp)にお問い合わせ下さい。

以上

18 歳未満競技者親権者 同意書

私、【親権者氏名】 (ふりがな) は、

【18歳未満の競技者】 (ふりがな) (以下「甲」) の親権者として、公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構 (以下、「JADA」) に加盟している競技団体に登録するすべての競技者 (甲を含む) に、世界アンチ・ドーピング規程、同国際基準、及び日本アンチ・ドーピング規程 (以下「規程等」といいます。) が適用されることを理解します。

更に、ドーピング検査や検体分析、結果管理その他の規程等において定められる一連の手続 (以下「ドーピング・コントロール手続」といいます。) の内容を理解し、甲に当該内容を理解させます。

また、甲がドーピング検査の対象となり、採取検体の種類を問わずドーピング検査を受けることに同意し、ドーピング・コントロール手続に服することに対して異議を申し述べません。また、規程等が随時更新されることも理解します。

本同意は、甲が満 18 歳となるまで有効とし、本人が 18 歳になるまでの間に親権者が私以外にかわった場合には遅滞なく私から貴団体に通知し、新たな親権者から同意を得ることを誓約します。

また、私は、過去の情報を含む、甲に関するすべての情報 (個人情報を含む) 並びに本同意書が、検査やインテリジェンス活動等のアンチ・ドーピング活動に必要な範囲で、世界アンチ・ドーピング機構、国内外の競技連盟、主要総合大会組織、独立行政法人日本スポーツ振興センター等に提供されることに同意します。

平成 年 月 日

【親権者】

住 所 : _____

自 署 : _____ 印

上記内容について了解いたしました。

【競技者】(甲)

競技名 : _____

住 所 : _____

自 署 : _____ 印

生年月日 : 西暦 年 月 日

アンチ・ドーピングに関する誓約書 及び摂取医薬品・サプリメント申告書

(公社) 日本パワーリフティング協会 御中
大阪府パワーリフティング協会 御中

この度、2019年1月に開催される第19回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会に出場するに際して、私はアスリートとして、世界アンチ・ドーピング規程、日本アンチ・ドーピング規程及びJPAのドーピング防止規程を順守し、定められた規則を守りスポーツマンシップとフェアプレイの精神にもとづき、競技することを誓います。ドーピング検査の対象になった場合、これを拒否せず、検体採取に応じることを誓います。本誓約書を主管協会に提出しなかった場合、競技会に出場できない場合があることを了承します。また、このような事態になった場合でも、一切の不服を申し立てしません。

年 月 日

署名(自署)

大会日より1か月以内に摂取予定の医薬品、サプリメント(常用を含む)は次の通りです。

製品名	メーカーまたは販売元	摂取予定時期

住所	〒		
氏名	フリガナ()		
所属	<input type="checkbox"/> 団体(名称:) <input type="checkbox"/> 個人		
連絡先	E-mail		
	携帯電話		
	FAX		
ドーピング防止講習会の受講証明書	無 有	有効期限:	年 月

※署名(自署)は必ず手書きしてください。
※ドーピング違反になる可能性がある場合は、医科学委員より対応方法をご連絡しますので必ず全て正直に申告してください。E-mail、SMS、FAX、手紙の優先順で連絡をしますので必ずご返答をお願いします。
※入手した個人情報、ドーピング違反防止対応と本大会の運営に関わること以外に使用しません。

本大会時のドーピング防止講習会受講申込書

受講者には講習会受講終了後、受講証明書を速やかに渡しますので、受講希望者は以下の記入欄に記入し、申込を行って下さい。

希望日	氏名	住所	電話番号

摂取医薬品・サプリメント申告書 別紙

摂取医薬品・サプリメントが3製品をこえる場合は、下記に記載してください。

製品名	メーカーまたは販売元	摂取予定時期

氏名 _____

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

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下さい。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下さい。

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します。

第19回ジャパングラシックベンチプレス選手権大会

参加申込み時 事前健康チェック

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下さい。かかりつけ医のもと、健康診断や心臓検診を受けて下さい。

- 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又は治療中である。
- 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。あ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下さい。

- 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下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

(公社) 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で、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。

大会会場案内図

会場：堺市大浜体育館 小体育室

住所：堺市堺区大浜北町 5-7-1 大浜公園内

TEL：072-221-2080

最寄り駅：南海本線「堺」駅 徒歩約 15 分

車：阪神高速大浜出口よりすぐ



宿泊案内

会場最寄りのホテル：コンフォートホテル堺

住所：〒590-0972 大阪府堺市堺区竜神橋町 1-5-1

TEL：072-233-7111

備考：予約は各自で行ってください。体重計の設置も行いません。地図は上記をご参照ください。

平成 30 年 10 月吉日

大阪府パワーリフティング協会

会長 河 啓一

理事長 中田 和夫

(公印省略)

第 19 回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会開催の お知らせ及び大会協賛広告のお願い

拝啓 時下益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。平素は当協会の諸活動に対し格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、来る平成 31 年 1 月 19 日(土)20 日(日)に、標記大会を大阪府堺市において大阪府パワーリフティング協会の主管の下、開催する運びとなりました。別添のとおり関係書類一式をご送付申し上げます。是非とも多数の選手のご参加を、大阪府協会役員・スタッフ一同お待ち申し上げます。

さて、大会開催に際し当協会では役員一同一丸となって準備に取り組んでおりますが、全国各地から参加される選手の皆様方を迎えるにあたり、何分にも微力な基盤のため、十分な大会運営資金の調達ができず苦心しております。つきましては、より一層のご理解ご協力を頂きたく、下記により関係各位のご協賛広告募集についてお願い申し上げます。

何卒、大会成功に向け皆様のご支援・ご協力賜ります様お願い申し上げます。

敬具

記

1. 掲載サイズと料金

プログラム A 4 版	サイズ (縦×横)	料 金
裏表紙	265mm×180mm	¥80,000
表紙裏	265mm×180mm	¥60,000
裏表紙内側	265mm×180mm	¥50,000
1 ページ	265mm×180mm	¥40,000
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	ご芳名掲載	¥3,000

2. ご協力いただける場合は、原稿 (版下) 又はデータを下記大会事務局までご送付下さい。掲載料は下記口座に平成 30 年 12 月 10 日(月)までにお振込お願いを申し上げます。

送付先 〒547-0027 大阪市平野区喜連 2-7-2-205
大阪府パワーリフティング協会事務局
奥谷 元哉
entry@osaka-power.jp (データ送付先)

振込先 ゆうちょ銀行 四〇八店 普通 4347497
大阪府パワーリフティング協会 (※エントリーの口座と異なります。)

その他 振込人名義の前に、コ) と付けてください。「広告」の意味です。
【例】コ) パワー タロウ

以上

平成 30 年 10 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 塩田 宗廣

第 19 回 ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会陪審員・審判員のご協力をお願いについて

拝啓 皆様に於かれましては益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は、パワーリフティング競技へのご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、第 19 回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会が、JPA 主催で平成 31 年 1 月 19 日(土)20 日(日)に大阪府協会の主管にて開催されます。

つきましては、陪審員・審判員の募集をしますので、お忙しいこととは存じますが、特に近畿ブロック所属協会の皆様には、積極的なご協力をお願いいたします。全国大会なので、できるだけ 2 級以上の審判員で構成します。不足の場合は、可能箇所には 3 級審判員でも構成しますので、ご協力をお願いします。

なお、ご協力いただける方はお手数ですが、下記に必要事項をご記入の上、切り取らずに平成 30 年 12 月 10 日(月)までに、郵送にて「大会事務局」宛にご郵送ください。

また、インターネットで申込む場合は、JPA ホームページの各種登録にある「陪審員・審判大会参加申込フォーム」を利用されると容易に申請できます。

<https://www.secure-cloud.jp/sf/1530865591PpNLdNvt> 【陪審員・審判大会参加申込フォーム】

ご協力いただける方には、お弁当・謝金が支給されます。準備の都合上必ずご連絡ください。

送付先は、大会事務局ですのでご注意願います。

敬具

第 19 回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会 陪審員・審判員申込書

平成 年 月 日

〒547-0027 大阪市平野区喜連 2-7-2-205

大阪府パワーリフティング協会事務局 奥谷 元哉 宛

大阪府パワーリフティング協会

下記のとおり、協力します。 ※審判員構成表は下記に記載のメールアドレスに送信されます。
PCメールからでも受信可能なアドレスを記載願います。

氏名	級	●/●(●)	●/●(●)	電話番号・メールアドレス
	<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、下記に記入してください。

男子 kg 級 kg 級 kg 級

女子 kg 級 kg 級 kg 級