



第32回全日本ベンチプレス選手権大会

(2021年世界サブジュニア・ジュニア・一般・マスターズベンチプレス選手権大会
2021年アジアベンチプレス選手権大会 選考競技会)

- 日時：令和2年11月21日(土)～22日(日)、開会式無しの予定
※ 競技スケジュール詳細はエントリー締め切り後に発表します。
- 会場：中間市体育文化センター
〒809-0014 福岡県中間市蓮花寺三丁目1番5号 TEL：093-246-2800
- 主催：公益社団法人 日本パワーリフティング協会(JPA)
主管：福岡県パワーリフティング協会
協力：九州沖縄ブロック各パワーリフティング協会
後援：文部科学省、スポーツ庁
- 階級：男子9階級(kg) 53、59、66、74、83、93、105、120、120超級
女子8階級(kg) 43、47、52、57、63、72、84、84超級
(但し、男子53kg、女子43kg級はジュニア、サブジュニアのみ)
申込階級と当日の検量が相違する場合は失格とする。従来の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～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 年齢問わず
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
※カレンダーイヤーとは、開催年の令和2年1月1日から令和2年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ルールのフルギア競技によるラウンド制。1面実施(予定)
- 使用器具：BULL(ザオバ製)
- 参加資格：①2020年度のJPA選手登録済みで、大会当日に、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外国籍の男女であって、標準記録を突破した選手。
②ブロック推薦枠・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学連推薦枠・全日本学生選手権大会優勝者であり、全日本学生連盟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)
④本大会でのアンチドーピング講習会は、日本パワーリフティング協会の大会開催における「新型コロナウイルス感染対策に関する運用ガイドライン(2020年5月30日更新)」ならびに「アンチ・ドーピング講習会の受講証有効期限延長などについて(2020年5月25日更新)」に従い、中止とさせていただきます。
それに伴い、過去に講習会を受講したことのない選手及び、講習会有効期切れの選手がエントリーした場合も、今大会に限り記録は有効とさせていただきます。

- ⑤セコンド（コーチ）については、受講資格は不要。ただし、以下の資格条件を満たしていること
- 1) JADAの「日本アンチ・ドーピング規程」違反を理由として、資格停止の対象となっていないこと
 - 2) ドーピングに関連して、刑事上有罪となっていないこと
 - 3) ドーピングに関連して、JPAの「ドーピング防止規程」に基づく処分を受けていないこと
 - 4) ドーピングに関連して、所属する団体、事業所等で職務上の処分を受けていないこと
- ⑥参加申込書とともに自筆署名した「摂取医薬品・サプリメント申告書」を提出すること。参加申込書の誓約書部分に署名捺印が無い場合、又、「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ない。申込書等を不受理として返却する。
- ⑦参加選手は、事前にJPAのホームページからオンライン手続きにより選手登録を完了しておくこと。交付された「IDナンバー」の記載がない参加申込書は受け付けません。不受理とし返却する。
- ⑧標準記録については、以下の通り。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。

	階級／区分	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	53kg級	—	※107.5	※97.5	—
	59kg級	135	120	107.5	87.5
	66kg級	147.5	132.5	117.5	95
	74kg級	160	145	127.5	105
	83kg級	172.5	155	137.5	115
	93kg級	185	165	147.5	122.5
	105kg級	195	175	155	130
	120kg級	200	180	160	135
120kg 超級	205	185	165	140	
女子	43kg級	—	※50	※45	—
	47kg級	60	55	47.5	40
	52kg級	65	60	50	42.5
	57kg級	70	65	55	45
	63kg級	75	70	60	47.5
	72kg級	82.5	75	65	52.5
	84kg級	90	80	70	57.5
	84kg 超級	95	85	75	60

※印記載の記録は、サブジュニア・ジュニアのみ対象とする。

詳細はJPAホームページを参照のこと。有効期限は、令和元年度全日本ベンチ選手権大会開催日の初日（令和元年10月26日）から申込締切日まで。

※有効とする競技会は以下の通り。

- 1) 日本国内で開催されるJPA公認競技会
- 2) IPF、APF主催及び傘下協会の各選手権大会

※パワーリフティングフルギア大会又はノーギア大会で、本大会ベンチプレスの標準記録を突破した場合は認める。

なお、マスターズIV部門に参加標準記録は設定されていないが、参加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するので、参加申込書の標準記録達成欄に参加大会を必ず記載すること。

⑨実績と異なる階級への出場について

選手は、参加標準記録を突破した階級と異なる階級へは出場できない。ただし、突破階級より更に重い階級の参加標準記録を突破している場合、その階級への出場は認められる。

＜例＞74kg級の出場で、83kg級の参加標準記録を突破した選手は、66kg級は出場できないが、83kg級へは出場できる。

⑩地方協会が未組織又は活動休止状態の場合は、次のブロック長の所属する都道府県協会に連絡をとり、選手登録をすること。

ブロック	氏名	所属県	電話	E-mail
北海道・東北	太田 勇吉	青森県	017-718-1775	ootay@lemon.plala.or.jp
関東	寺門 浩之	茨城県	029-298-2407	fumi.23@d6.dion.ne.jp (酒井)
北信越	北澤 国彦	長野県	090-2831-8509	info@nagano-power.org
東海	伊藤 教雄	愛知県	0533-67-4123	powerfit@mx2.tees.ne.jp (川辺)
近畿	門 眞一郎	和歌山県	090-9111-3040	kado.sinitirou@violet.plala.or.jp
中国	石本 直樹	岡山県	0868-28-0535	naoki.73@io.ocn.ne.jp
四国	高井 隆義	徳島県	088-663-4705	takap1091@yahoo.co.jp
九州・沖縄	濱里 一	沖縄県	098-995-8459	hajime_strongest@yahoo.co.jp

服 装：JPAルールに基づく服装（つりパン着用、スパッツは禁止）

コ ー チ：競技中に対応するコーチ（セコンド）は、選手1名につき最大1名まで付けることができる。

表 彰：①個人戦は、各階級1～3位に賞状とメダル、4～6位に賞状

※個人戦表彰は各セッション終了後に行う。

②最優秀選手賞（文部科学大臣杯）は1人

優秀選手賞は男女各1人（フォーミュラを参考に）

③クラブ対抗団体戦は、男女別 1～3位に盾

※令和元年度JPA登録団体で1団体3人以上出場の場合

④都道府県別団体戦は、男女別 1～3位に盾

※都道府県で3人以上出場の場合

＜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
サブジュニア ジュニア マスターズ	8	7	6	5	4	3	2	1	1	1

※一般・サブジュニア・ジュニア・マスターズの合計得点とし、1団体上位5人までが得点対象。

※選手が一般と一般以外のダブルエントリーの場合は順位が上（得点が高い方）を対象とする。

参 加 費：①一般10,000円、ジュニア及びサブジュニア8,000円、

ダブルエントリー16,000円、＜団体戦＝無料＞

尚、障害者はカテゴリーを問わず3,000円、

②団体戦は無料

申込方法：出場選手は、参加費を指定の口座に振り込み、以下の書類を同封し大会事務局へ郵送して下さい。書類の郵送は、加盟団体はまとめて、個人は各々で申し込むこと。

①参加申込書兼記録カード（必要事項を記入し、署名・捺印をして下さい）

②振込書控のコピー（通信欄に選手名を忘れずに記載して下さい）

- ③摂取医薬品・サプリメント申告書（アンチ・ドーピング講習会の受講希望者は「アンチ・ドーピング講習会受講申込書」に必要事項を記入のこと）
- ④団体登録名と団体登録ID番号（クラブ対抗戦申込みの場合）
- ⑤ドーピング検査親権者同意書（対象：18歳未満の選手は親権者の同意が必要）

★送付先

〒812-0894 住所 福岡県福岡市博多区諸岡6丁目31-26 B-202
事務局名 福岡県パワーリフティング協会 中ノ瀬 啓作

★振込先

◆ 金融機関名：西日本シティ銀行 南ヶ丘支店 銀行コード：0190
◆ 口座番号：3052869
◆ 口座名義：福岡県パワーリフティング協会 理事長 小野寺京介

※振込み時は、振込依頼人又は通信欄に選手の「氏名、階級、カテゴリー」を必ず記入のこと。又、振込み元の名前は、大会に参加する方の名前で記入のこと。
<例>ニノミヤ マサハル、120キロ、M2

申込締め切り：令和2年10月4日（日曜日）必着

国際大会選考：JPA国際大会選手選考基準に基づく。

ドーピング検査：①本大会は、JADAの日本アンチ・ドーピング規程に基づくドーピング・コントロール対象大会であり、数名をランダムに選んで検査を実施する。

②本大会参加者は、本大会にエントリーした時点で日本アンチ・ドーピング規程に従い、ドーピング・コントロール手続きの対象となることに同意したものとみなす。

③18歳未満の選手は、ドーピング検査を含むドーピング・コントロール手続きに関する親権者の同意書を大会開催主管協会へ提出しなければならない。同意書の提出がない場合、大会への参加はできない。

※18歳未満の競技者の「ドーピング・コントロールに関する親権者の同意書」はJPAのホームページからダウンロードのこと。

④本大会は、TUE事前申請対象競技会となっていないが、治療目的で禁止物質を使用している選手は、JADAにTUE申請を行うこと。
(大会開催30日前までにJADAに必着)

※ドーピング検査事業は日本スポーツ振興センターくじ助成を受けて実施しています。

スポーツくじ



体重計：大会会場に、以下の通り設置。

11月20日（金）19:00～20:00（予定）

11月21日（土）は、競技時間中（検量時間を除く）の設置。

物品販売等：販売目的のビデオ撮影を希望される場合には、JPA財務委員会へ届け出をすること。
連絡先は次のとおり。

尚、会場内で物品販売は不可（新型コロナウイルス感染防止対策による）。

〒678-0239 兵庫県赤穂市加里屋 98-16
財務委員会 委員長 三浦 重則
TEL : 0791-43-2000
E-mail : powerlifting@japan-sports.or.jp

◇その他：①電話・FAXでの申込み、締切日を過ぎての申込みは受理しない。

②会場内では安全上の注意事項を厳守のこと。

③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。

★本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。申込み時点で本人の同意が得られたものとします。

★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。あらかじめご了承ください。

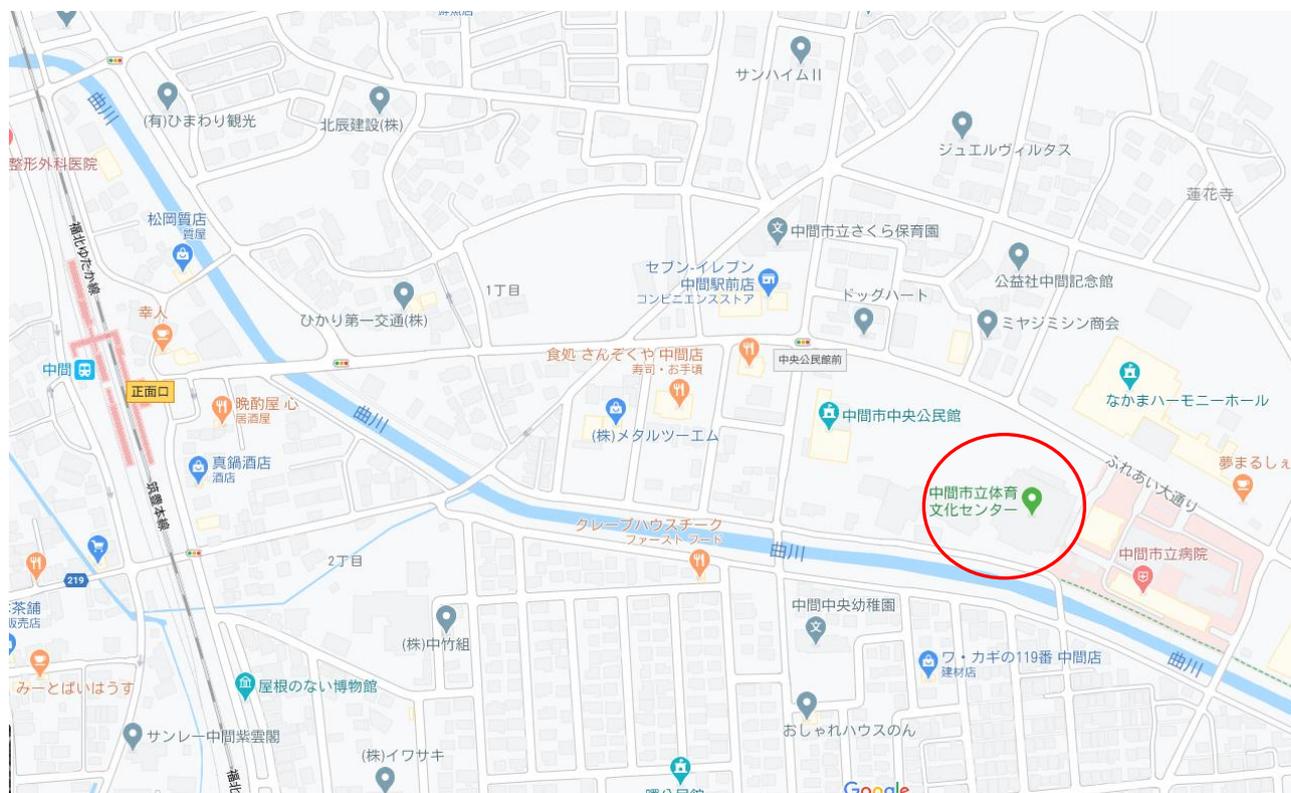
★本大会の申込にあたって取得した個人情報は、大会関連業務（国際大会選手選考を含む）遂行に関してのみ利用します。申込時点で、本人の同意が得られたこととします。

★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PR用のポスター、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。あらかじめご了承ください。

大会会場案内 周辺地図

中間市体育文化センター

〒809-0014 福岡県中間市蓮花寺3丁目1-5



●電車でお越しの場合

JR福北ゆたか線「中間」駅より徒歩10分

第32回 全日本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、申込んで下さい。

No.	申込階級 kg級	氏名(ふりがな) ()	IDナンバー	性別 <input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	生年月日(西暦) 年 月 日 カレンダーイヤー 歳
参加区分(○をつける)		<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> マスターズI <input type="checkbox"/> マII <input type="checkbox"/> マIII <input type="checkbox"/> マIV <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> サブジュニア			
大参加費(○をつける)		<input type="checkbox"/> 8,000円 <input type="checkbox"/> 10,000円 <input type="checkbox"/> 16,000円 <input type="checkbox"/>			
検量 kg	セッション	コート A B	所属都道府県	所属クラブ・団体・IDナンバー	
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 cm	セーフティバー高さ cm (個目)	足台 <input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要		センター補助 <input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	
	第1試技 kg	第2試技 kg	第3試技 kg	ベスト kg	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試技の重量を申請する事		第3試技変更 2	kg	順位	位

標準記録達成 : 年 月 日	記録 : kg	自己ベスト記録
大会名 : 選手権大会		kg
国際大会参加希望(カテゴリーは記入。該当するものに○をつける)		
世界大会 : カテゴリー< >	<input type="checkbox"/> 参加希望 <input type="checkbox"/> 不参加 <input type="checkbox"/> 検討中	
アジア大会 : カテゴリー< >	<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「○」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 福岡県パワーリフティング協会 御中	
年 月 日	
・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。 ・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。 ・日本アンチ・ドーピング機構が定めるアンチ・ドーピング規程及び関係規則類並びにJPAのドーピング防止規程を遵守します。 <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。 <input type="checkbox"/> 本大会時、会場で受講予定。	
住所〒	_____
TEL	FAX _____
氏名	Ⓜ E-mail : _____

※セコンド担当(1名。付けなくても構わないし、大会当日でも良いが、事前届け出に協力願います)

氏名	①
----	---

第32回全日本ベンチプレス選手権大会
クラブ対抗団体戦参加申込書（2020/10/4 締切）兼集計表

福岡県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		IDナンバー	
責任者		E-mail	
電話	固定：	携帯：	
住所			

男子（ 名）

階級 Kg	選手氏名	カテゴリー	順位	点数
※太線内は漏れなく記入して下さい。 ※各階級内のカテゴリー毎の順位で計算する。 ※1団体上位5名まで、同一階級は2名までが得点の対象となる。			得点合計	
			総合順位	

女子（ 名）

階級 Kg	選手氏名	カテゴリー	順位	点数
※太線内は漏れなく記入して下さい。 ※各階級内のカテゴリー毎の順位で計算する。 ※1団体上位5名まで、同一階級は2名までが得点の対象となる。			得点合計	
			総合順位	

クラブ対抗・都道府県対抗一般団体戦得点

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

一般大会にダブルエントリーの場合、サブジュニア、ジュニア、マスターズ部門の団体戦得点

順位	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位以下
点数	8	7	6	5	4	3	2	1

※参加選手の数が多く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

令和元年12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

平成27年度に続き、平成30年度において又しても男子選手のドーピング陽性事例が発生し、誠に残念なことに、大会の成績抹消、4年間の資格停止等の厳しい処分が決定しました。

現在、JOC、(公財)日本スポーツ協会、JADA等の関係諸団体は、2020東京オリンピックに向け、「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、事案発生であったため、JPAは大変に厳しい状況に置かれております。

JPAは、発足以来、アンチ・ドーピングの啓発・推進に努めてきましたが、新たに、アンチ・ドーピング規則違反者を出したことは極めて重大事と認識し、改めて、再発防止に真剣に取り組んで参ります。

アンチ・ドーピング規則違反は、選手本人のみならず、周囲の選手やJPAの名誉を大きく傷つけ、社会的な信頼を失うこととなります。今後、選手一人一人においても、ドーピングは犯罪であるとの認識を持ち、確信的ドーピングの廃絶はもちろんのこと、「市販薬、医療用医薬品にドーピング禁止物質が含まれていることは稀ではない」と心得て、不注意によるうっかりドーピングも絶無にする心構えが必要です。

ついては、アンチ・ドーピング規則違反の根絶に向けて、以下の4点を徹底していただくようお願い致します。

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て、TUEの申請を検討して下さい。

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ので、相談をしながら購入して下さい。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、使用可能な医薬品や商品名を間違えないように、の万全注意を払って購入して下さい。下記の成分は市販薬に含まれる禁止物質で引っかかり易い一例ですが、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(全て競技会の時には使用禁止)
- ・胃腸薬：ストリキニーネ、ホミカ(全て競技会の時には使用禁止)
- ・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(常時、全て使用禁止)
- ・生薬、漢方薬：海狗腎、麝香、鹿茸(常時、全て使用禁止)

※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しょう。

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」の掲載場所は、日本薬剤師会のURLは、
「<https://www.nichiyaku.or.jp/activities/anti-doping/about.html>」。
「Global DRO」(<https://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、スポーツファーマシスト又はJPAホームページの「問い合わせフォーム」にお問い合わせ下さい。

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
第32回全日本ベンチプレス選手権大会主管協会 御中

この度2020年11月21日、11月22日に開催される第32回全日本ベンチプレス選手権大会に出場するに際して、以下の医薬品及びサプリメントの摂取について申告致します。

年 月 日

署名(自署) _____ ㊞

※日頃摂取している医薬品、サプリメント及び大会日より1か月以内に摂取予定の医薬品、サプリメントは次の通りです。何も無い場合は、「なし」とご記入下さい。

製品名	メーカー又は販売元	摂取(予定)時期

※正直に申告して下さい。摂取医薬品・サプリメントが3製品を超える場合は、別紙1に記載して下さい。

住 所	〒		
氏 名	ふりがな：		
階 級	エントリー表階級	kg 級	
所 属	<input type="checkbox"/> 団体(名称：) <input type="checkbox"/> 個人		
連絡先	E-mail		
	電話番号	固定：	携帯：
	F A X		
アンチ・ドーピング講習会の受講証明書	<input type="checkbox"/> 有(有効期限： 年 月) <input type="checkbox"/> 無(下記により受講申込み)		

- ・署名(自署)は必ず手書きして下さい。
- ・アンチ・ドーピング規則違反がご心配の方は、スポーツ医科学委員がご相談を受けます。お気軽にご連絡下さい。尚、E-mail、SMS、FAX、手紙等で回答や返事を差し上げますので、医薬品、サプリメントを含めて、連絡先を漏れなくご記入下さい。
- ・入手した個人情報は、ドーピング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。

本大会時のアンチ・ドーピング講習会受講申込書

~~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、申込みを行って下さい。3名以上の申し込みの場合は、別紙にご記入下さい。~~

希望日	氏 名	住 所	電話番号

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32回 全日本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、足元付近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ください。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ください。

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 二宮 正晴

第32回全日本ベンチプレス選手権大会
陪審員・審判員のご協力のお願いについて

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2020年11月21日～11月22日に福岡県協会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致します。なお、主管協会の九州沖縄ブロックにおける各協会所属の審判員の方には、積極的なご協力をいただきますようお願い致します。

尚、ご協力いただける方は、お手数ですが、令和2年11月7日（土）までに、JPAホームページのオンライン登録よりお申込み下さい。ご協力いただく方には、お弁当、手当（3,000円）が支給されますので、準備の都合上、必ずご連絡ください。

WEB申込みの出来ない環境の方は、以下に記入の上、下記の送付先へ郵送でお願い致します。

送付先はJPA技術委員長あてではありませんので、ご注意願います。

敬具

第32回全日本ベンチプレス選手権大会陪審員・審判員申込書

2020年 月 日

〒 812-0894

住所 福岡県福岡市博多区諸岡 6丁目 31-26 B-202

事務局名 福岡県パワーリフティング協会 中ノ瀬 啓作

電話番号 080-5240-6644

メールアドレス one7dari@ruby.palala.or.jp

ご氏名	IDナンバー	級	11月21日	11月22日	ご連絡先電話番号及びE-mail
		<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	

第32回全日本ベンチプレス選手権大会ご協賛について(お願い)

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・ご協力とご支援を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、令和2年11月21日(土)・22日(日)福岡県中間市の「中間市文化体育館」に於いて、「第31回全日本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、全国各地から選抜さ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。

つきましては、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、下記のとおり募集をいたしますので、何卒、ご理解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、ご送付と同時に掲載料もお振込み願います。

<記入例>キョウサン フクオカキンニクジム

原稿送付先： 福岡県パワーリフティング協会
E-mail ; fpa_powerlifting@yahoo.co.jp

振 込 先：

- ◆ 金融機関名： 西日本シティ銀行 南ヶ丘支店
- ◆ 口座番号： 3052869
- ◆ 口座名義： 福岡県パワーリフティング協会 理事長 小野寺京介

申込締切日： **令和2年10月4日(日)** 締切り厳守でお願いいたします。