

第15回青森県パワーリフティング選手権大会
兼 第77回 国民体育大会 いちご一会とちぎ国体
パワーリフティング公開競技青森県一次予選会
第8回青森県ベンチプレス選手権大会

— 開催要項 —

開催日時	令和3年10月24日(日) 開会式：10:00～ (短時間にて競技進行等の説明程度) 競技開始：10:30～ ※日程の詳細はエントリー締め切り後に協会HPに掲載します。
会場	スポーツプラザ藤崎 藤崎町大字西豊田1丁目1 TEL 0172-75-3323
選手受付	8時30分～ 受付後、検量及びコスチュームチェックを行う。
主催	青森県パワーリフティング協会
後援	(公社)日本パワーリフティング協会(JPA)
競技内容	パワーリフティング(スクワット・ベンチプレス・デッドリフト) ベンチプレス
競技方法	(公社)日本パワーリフティング協会競技規則に基づくラウンドシステムにて、ノーギア・フルギアの2部門で行う。 選手は、パワー、ベンチのどちらかを選択、かつ、ノーギア、フルギアの選択を出場申込書に必ずチェックを入れること。
階級	○男子 53kg級※ 59kg級 66kg級 74kg級 83kg級 93kg級 105kg級 120kg級 120kg超級の各階級 ※(ジュニア・サブジュニアのみ) ○女子 43kg※ 級47kg級 52kg級 57kg級 63kg級 72kg 84kg級 84kg超級の各階級 ※(ジュニア・サブジュニアのみ)
出場資格	青森県内在住の満14歳以上の心身ともに健全なアマチュア競技者。 (県外からの出場はオープン参加となります) 令和3年度JPA登録選手であること。 ※申込書の所定欄にJPAより発行された「選手ID」を記載のこと。
選手登録	選手登録については、団体登録選手は所属団体責任者、個人登録選手は選手個人がJPAホームページを確認のうえ直接行ってください。

服 装 ノーギア：リフティングスーツ(ツリパン)・Tシャツを原則とするが、リフティングスーツの代用として、ショートスパッツ(膝頭が見える長さ)の着用を認める。ロングスパッツ・短パンは不可。
ニスリーブ：使用可
リストラップ：使用可(長さ100cm以内)
ベルト：厚さが均一でないもの、ループが2本付いているものは使用不可。

フルギア：スーパースーツ・ニーラップ・ベンチシャツ等の着用を認める。

※ノーギア・フルギアともに、デッドリフト競技の際は、Tシャツ及び膝下までのハイソックスを必ず着用すること。選手は競技開始前にコスチュームチェックを義務付ける。その他、服装及びルールについてはJPAホームページよりルールブックを参照のこと。

表 彰 各階級1～3位はメダルと賞状、4～6位は賞状を授与
ノーギアパワーリフティング各階級の1位～3位の選手は東北ブロック国体最終予選の出場権を得られる。

出 場 費 一般：5,000円 ジュニア・サブジュニア：3,000円
(スポーツ障害保険料を含む)

出場費の振込み先口座

ゆうちょ銀行 八四八店 普通口座 1121882 名義人 アベヤスシ
大会事務局 〒030-0851 青森市旭町三丁目4-8コーポ木村 B-3
青森県パワーリフティング協会事務局 阿部 靖

申込方法 出場費を上記大会事務局の口座に振り込み又は、現金書留にて納付のこと。
申込書に必要事項を記入し、上記事務局宛てに10月8日(金)必着厳守で申し込むこと。

※申込期日までに、申込書・出場費の双方の納入を完了すること。
片方のみの申込みは受理しない。

申込書については、必ず捺印し、☑及び記入漏れがないこと。

10月9日以後に送付された申込書については受理せずに返還する。

問合せ先 大会事務局 阿部 靖 TEL 090-9747-3606

そ の 他 ①本大会は無観客とし、選手・大会関係者以外は会場への入場不可とする。
②当日受付時に全員の検温を実施、問診票に記入する。
③入退場の際は必ず手の消毒を行う。(会場に消毒液を設置)
④選手1名にセコンドは1名までとする。
⑤会場内は全員(選手・大会関係者)マスク着用を義務とする。
選手は、アップ・試技の際は可能な範囲でマスク着用にご協力ください。
ただし、アップ・試技以外はマスク着用を義務とします。
⑥ホームページ上のコロナ対策ガイドラインを事前に確認して下さい。
当日、大会運営側からも説明を行います。

□ 第15回青森県パワーリフティング選手権大会

□ 第8回青森県ベンチプレス選手権大会

↑ 出場する大会にチェックを入れてください

出場申込書・記録カード・誓約書

No.	階級	氏名		都道府県	登録区分
	<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子 <input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア kg級	フリガナ			<input type="checkbox"/> 個人 <input type="checkbox"/> 団体
		選手ID	セコンド		所属ジム・練習場等
			有・無		

↑ チェックを入れてください

種目	第1試技	第2試技	第3試技	記録				
スクワット	kg	kg	kg	kg				
	(重量変更)							
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg				
	(重量変更)							
デッドリフト	kg	kg	kg	kg				
	(重量変更)							
<table border="1"> <tr> <td>IPFポイント</td> <td></td> </tr> <tr> <td>順位</td> <td></td> </tr> </table>			IPFポイント		順位		重量変更1	トータル
IPFポイント								
順位								
			kg	kg				
			重量変更2	階級順位				
			kg					

スクワット		ベンチプレス			
ラック高	セーフティバー	ラック高	セーフティバー	センター補助	足台
段目	段目	段目	段目	有・無	有・無

検量体重	審判員	コスチュームチェック								
		Tシャツ	シューズ	ベルト	ツリパン	リストラップ	ニススリーブ	Sスーツ	Bシャツ	ニーラップ
kg		枚	足	本	枚	組	組	枚	枚	組

誓約書	
2021年 月 日	
青森県パワーリフティング協会 御中	
私は本大会出場に際し、大会開催中の事故、並びに事故により発生した障害、疾病等について、その責任の全ては自身にある事を認め、大会主催者や個人、及び関係機関に対し一切の迷惑をおかけしないと共に、将来にわたって一切の請求を致しません。また、今後、ドーピングチェックにおいて薬物使用等の反則行為が発覚した場合についても責任の全ては自身にあるものとし、JPA規定の罰則金等は全て自身が支払うことを誓約いたします。	
住所 〒	
氏名 印 TEL ()	
生年月日 (西暦) 年 月 日生 満 歳	

※太線枠内を記入すること 各チェック・捺印を忘れずに！(太枠以外は大会当日記入)