

第 20 回 鹿児島県パワーリフティング選手権大会
第 20 回 鹿児島県ベンチプレス選手権大会
第 76 回 三重とこわか国体 2021 鹿児島県予選会

開催要項

1. 日 時 令和 3 年 4 月 11 日 (日)
受付、検量、コスチュームチェック (8:30~)
開会式 09:30 競技開始 10:00 (予定)
2. 会 場 国分パークプラザイベント広場 (090-5722-2189)
〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央 3 丁目 9 - 20
※当日の問い合わせ連絡先 岩重 豪樹 (090-6770-4479)
実島 可斉 (090-7453-9973)
3. 主 催 鹿児島県パワーリフティング協会
名誉会長 金子万寿夫 (衆議院議員)
会 長 実島 可斉 (大会実行委員長)
4. 主 管 霧島市パワーリフティング連盟
会 長 岩重 守泰
理事長 岩重 豪樹(大会副実行委員長)
5. 後 援 JPA(社)日本パワーリフティング協会
6. 参加資格 令和 3 年度の J P A 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又は過去 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。大会会場での選手登録は受け付けません。
★選手登録 ・選手登録は (公社) 日本パワーリフティング協会で行います ・大会申込までに登録を完了してください。 J P A ホームページ <http://www.jpa-powerlifting.or.jp/> 「団体・選手・審判・登録」から登録を行ってください
・ 登録の確認ができない選手の記録は全て無効となります。
・鹿児島県外出場者はオープン参加になりますが JPA 公認になります。
・申込み階級と当日の検量が相違する場合はオープン参加となりますのでご注意ください(オープン参加者については表彰対象外)。
7. 競技方法 ノーギア・フルギア競技の J P A ルールによるラウンド制(1 面)
8. 競技規定 ○パワーリフティング競技 (J P A ルールに順ずる 3 種目)。
・ SQ (スクワット) ・ BP (ベンチプレス) ・ DL (デッドリフト)

ノーギア・フルギア両競技実施。

○ベンチプレス競技 (JPA ルールに順ずる 1 種目)

・BP (ベンチプレス)

ノーギア・フルギア両競技実施。ダブルエントリー可。

9. 部 門
- ①サブジュニア・・・大会当日満 14 才以上～カレンダーイヤー18 才
 - ②ジュニア・・・カレンダーイヤー19 才～23 才
 - ③一般の部・・・満 14 才以上
 - 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・・・50～59 歳
 - ⑥マスターズ III・・・60～69 歳
 - ⑦マスターズ IV・・・70 歳以上～
 - ⑧マスターズ V・・・80 歳以上(新設)

※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)。

10. 参加区分
- ・鹿児島県パワーリフティング選手権大会(ノーギア・フルギア)
 - ・鹿児島県ベンチプレス選手権大会(ノーギア・フルギア)
 - ・2021 三重とこわか国体公開競技鹿児島県予選会
- ノーギア SQ (スクワット)・BP (ベンチプレス)・DL (デッドリフト)

11. 階 級
- 男 子 53.59. 66. 74. 83. 93. 105. 120. 120kg 超級
- 女 子 43.47. 52. 57. 63. **69.76.** 84. 84kg 超級 (※赤新階級)
- (男子 53,女子 43 kg級はジュニア、サブジュニアのみ)

12. 表 彰
- 各部門 1～3 位メダル、4～6 位賞状

13. 参 加 費
- 一般 ¥5,000 (振込)

W エントリー(例：一般/国体ノーギアパワーとベンチプレスであれば¥8,000)

(例：M1 フルギアパワーとベンチプレスであれば¥8,000)

学生(高校生を除) ¥4,000 (振込)

W エントリー(例：一般/国体ノーギアパワーとベンチプレスであれば¥7,000)

高校生 ¥3,000 (振込) 高校生に関し W エントリー ¥3,000(同額)

※高校生パワー兼ベンチ出場時～パワーメダル、ベンチ賞状のみ)

国体予選は一般参加費兼用

14. 服 装
- JPA に準ずるコスチューム

★ (公社)日本パワーリフティング協会 [HP ルール欄参照](#) 以下主となるもののみ掲載
(フルギア)

- ① ニーラップ・スーパースーツ・ベンチシャツ・ツリパン・リフティング

ベルト・リストラップ使用可。ベンチシャツ縫い縮め何度でも可。

② デッドリフト競技ではハイソックスを必ず着用。

(ノーギア)

① ツリパンと T シャツを原則とする。

② T シャツは何色でも良い。スクワット及びベンチプレス競技の際は必ず着用。

③ T シャツは袖が肘より長いものや、ノースリーブ.V ネックは不可。

④ ベルト、リストラップ、ニースリーブの使用可。

⑤ デッドリフト競技ではハイソックスを必ず着用。

⑥ 滑り止めが付いた靴下は不可。

★申込方法 : 参加費を所定の口座に振り込み、参加申込書に必要事項を記入の上、選手 ID を記入して下記申し込み先宛に送付して下さい。

選手登録費については各自で JPA へ振込をお願いします。

注意事項・その他・会場内では、安全上の注意事項を厳守して下さい。

- ・ スタッフはマスク着用 選手試技時マスク未着用可。
- ・ ゴミは必ず持ち帰って下さい。
- ・ 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。
- ・ 会場内は土足禁止となっています。内履きをご利用下さい。
- ・ 参加選手が未成年の場合保護者の記名捺印による書面了解が必要になります。JPA.HP より親権者同意書新書式を印刷し提出してください。
- ・ 安全に関する注意事項遵守をお願いします。
- ・ 健康対策遵守で大会に望んで下さい。

・ 送付先 : 894-1510 鹿児島県大島郡瀬戸内町古仁屋瀬久井西 13-4

鹿児島県パワーリフティング協会 実島 可斉

携帯 090-7453-9973 yokahoyo@yahoo.co.jp

・ 振込先 ゆうちょ口座間送金の場合

ゆうちょ銀行【記号】17940 【番号】05162091

カゴシマケンパワーリフティングキョウカイ

他銀行からお振込みの場合

ゆうちょ銀行【店名】七九八(ナナキユウハチ)【店番】798

【預金種目】普通預金 【口座番号】0516209

カゴシマケンパワーリフティングキョウカイ

・ 申込締切 : 令和3年3月22日(月)締切厳守

**第20回鹿児島県パワーリフティング選手権大会
第76回三重とこわか国体鹿児島県予選会**

参加申込書兼記録表

選手ID

※予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上お申し込み下さい。

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	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"/> 国体 <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			
カテゴリ(☑をつける)	<input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア		※↑国体・一般両方希望者は両方☑	
検量	所属都道府県	所属クラブ・団体		
kg				
検量確認者名				
コスチュームチェック	チェック確認者			
スクワットのラック高	上から 段目	ベンチプレスラック高さ	上から 段目	
同セーフティバー高	上から 段目	同セーフティバー高	上から 段目	
※会場で検量時、第一試技の重量とラック高を記入して受付に提出してください。	同センター補助	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要		
	同足台	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要		
第1試技		第2試技	第3試技	記録
スクワット	kg	kg	kg	kg
	変更 kg			
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg
	変更 kg			
デッドリフト	kg	kg	kg	kg
	変更 kg			
TOTAL		kg	TOTAL順位	位

過去のベスト記録(必ず記入のこと)

スクワット	ベンチプレス	デッドリフト	TOTAL	今大会への意気込み等
kg	kg	kg	kg	

誓約書

鹿児島県パワーリフティング協会 御中

・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しません。また、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。
・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定及び関係規則類遵守しJPAのアンチドーピング活動に従います。

令和 年 月 日 署名

(印)

第20回鹿児島県ベンチプレス選手権大会

参加申込書兼記録表

選手ID

※予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上お申し込み下さい。

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	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・II・III・IV <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> サブジュニア		
カテゴリ（☑をつける）		<input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア		
検量		所属都道府県	所属クラブ・団体	
kg				
検量確認者名				
コスチュームチェック		チェック確認者		
ベンチプレスラック高さ		上から 段目	同セーフティバー高	上から 段目
※会場で検量時、第一試技の重量とラック高を記入して受付に提出してください。		同センター補助	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要	
		同足台	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要	
	第1試技	第2試技	第3試技	記録
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg
第1試技変更	kg	第3試技変更1	kg	/
		第3試技変更2	kg	/
TOTAL		kg	順位	位

過去のベスト記録(必ず記入のこと)

ベンチプレス	今大会への意気込み等
kg	

誓約書

鹿児島県パワーリフティング協会 御中

・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しません。また、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。

・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定及び関係規則類遵守しJPAのアンチドーピング活動に従います。

令和 年 月 日 署名

(印)