



## 第1回 石川県パワーリフティング選手権大会 開催要項

日時	令和4年10月23日（日） 受付・検量8:00 競技開始10:00
会場	(株)日本美装内 1F 〒920-0362 金沢市古府西1-8 石川県産業展示館4号館入り口のそば。ペット愛葬社さまのお隣。
主催	石川県パワーリフティング協会（IPA）
出場資格	令和4年度に於いてJPA選手登録済みの満14歳以上の男女。 <b>但し、石川県協会登録選手に限る。</b> 参加選手はJPAホームページでのオンライン手続きにより選手登録を完了しておくこと。 （選手登録）シクミネット <a href="https://powerlifting.shikuminet.jp/">https://powerlifting.shikuminet.jp/</a> 個人登録：8,000円 団体登録：5,000円 <b>※団体登録を希望される方は事務局にて石川県所属の団体をご案内します</b> ※チャレンジの部に於いては、満14歳以上の男女であれば、どなたでも参加可。
競技規程	・JPAルールによるクラシック（ノーギア）、エクイップ（フルギア）パワーリフティング競技（3種目） ・JPAルールによるクラシック（ノーギア）、エクイップ（フルギア）シングルベンチプレス競技 <input type="checkbox"/> クラシック部門：シングレット・Tシャツを原則とするが、シングレットの代わりにスパッツでも可とする。 リストラップ、ニースリーブ、ベルトは着用可。デッドリフトにおいては、ひざ下までのハイソックスを必ず着用すること。 ※滑り止めが付いた物は着用禁止。 ※スパッツ着用の場合、膝上までとすること ※女性選手の場合、ワイヤー等金属で補強されている下着は着用使用不可。 <input type="checkbox"/> エクイップ部門：ベンチシャツ・スーパースーツ・ニーラップ使用可。シングレット着用の事。 ベンチシャツとスーパースーツの組合せ不可。 <input type="checkbox"/> チャレンジの部：これまでに1度もJPA公式パワーリフティング大会、シングルベンチプレス大会に出場したことがない者を対象にチャレンジの部を設ける。 但し、公式記録にはならない。表彰対象外。競技種別はクラシック部門のみ。 <input type="checkbox"/> クラシック部門、エクイップ部門同時進行。ダブルエントリーは不可（3種・ベンチのWエントリーも不可） <input type="checkbox"/> パワーリフティング競技のベンチプレス試技の際に、シングルベンチプレスを合わせて行う
出場階級	男子：59・66・74・83・93・105・120・120kg超級 女子：47・52・57・63・69・76・84・84kg超級

参加費	クラシック、エクイップの部 3,000円 チャレンジの部：2,000円 ※お申込み後に出場辞退された場合、返金処理はいたしません。
表彰	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パワーリフティング競技：クラシック部門、エクイップ部門</li> <li>・シングルベンチプレス競技：クラシック部門、エクイップ部門</li> </ul> <p>各部門とも男女別、各階級3位までにメダル贈呈。賞状発行はいたしません。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・特別賞（優秀選手賞）：IPFポイント重量の上位選手に副賞授与</li> </ul> <p>パワーリフティング競技：クラシック、エクイップ各部門の男女各1名</p> <p>シングルベンチプレス競技：クラシック、エクイップ部門の男女各1名</p>
申込先	<p>・参加申込書に必要事項を記入し、記名捺印の上、参加費を振り込みした金融期間の控えとともに、下記宛に送付のこと。</p> <p><input type="checkbox"/>送付先 〒929-1174 かほく市浜北八38-8</p> <p style="padding-left: 40px;">石川県パワーリフティング協会 山口 真矢</p> <p><input type="checkbox"/>振込先 北國銀行 泉支店 普通0067007</p> <p style="padding-left: 40px;">石川県パワーリフティング協会</p> <p>※振込手数料は各自ご負担願います。</p> <p>※払込取扱票の通信欄には、氏名を必ず明記して下さい。</p>
申込締め切り	<b>令和4年9月26日（月）必着</b> ※当日申込不可
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 石川県外選手のオープン参加は不可です</li> <li>② 審判・陪審員・補助員は、石川県内在住の関係者に限定します。</li> <li>③ 会場内では新型コロナウイルス感染症対策を厳守してください。</li> <li>④ 開会式・閉会式は行いません。競技開始等は、アナウンスにご注意下さい。</li> <li>⑤ ゴミは各自持ち帰りをお願いいたします。</li> <li>⑥ 新型コロナウイルス感染拡大により急遽中止、延期になる場合は 石川県パワーリフティング協会ホームページに掲載します。</li> </ul>
問合せ先	<p>大会事務局 林 靖弘 090-2372-5784</p> <p style="padding-left: 40px;">山口 真矢 090-8790-3400</p>

第1回石川県パワーリフティング選手権大会  
～パワーリフティング競技（3種目）～

令和4年10月23日（日）

会場：(株)日本美装

※予め太枠内及び誓約書欄を記入し、捺印の上、大会事務局へ申し込んで下さい。

No.	申込階級	氏名(ふりがな)	性別	生年月日(西暦)
	kg級	( )	<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	年 月 日 (カレンダーイヤー) 歳
参加区分	<input type="checkbox"/> クラシック <input type="checkbox"/> エキップ <input type="checkbox"/> チャレンジ	選手ID		
検量	セッション	JPA所属団体登録クラブ・団体名 ※それ以外は個人		
kg	合格 オープン 棄権			
本大会にかける意気込み、キャッチフレーズ等				石川県記録挑戦の予定
				<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし

※ 会場で検量後、スクワット・ベンチプレス・デッドリフトの第1試技の重量とラック高さを記入し提出すること。

スクワットのラック高さ	cm	ベンチプレスラック高さ	cm
セーフティラック高さ	上から 段	セーフティラック高さ	上から 段
センター補助 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要		足台 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要	

	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト	フォーミュラー
スクワット	kg	kg	kg	kg	
	変 kg				
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	
	変 kg				
				小計	
デッドリフト	kg	kg	kg	kg	
	変 kg		変 kg 変 kg		
フォーミュラー係数				kg	順位
特別表彰			トータル		

誓約書

石川県パワーリフティング協会 御中

令和 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、大会主催者及び北信越ブロックの協会に一切の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。
- ・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、J P A が主催する大会や北信越ブロックの所属協会が開催する大会の案内用ポスターやプログラム、J P A 及び北信越ブロックの各協会ホームページへの掲載、J P A 時報への掲載等を含め、J P A と北信越ブロックの協会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。
- ・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、J P A のアンチ・ドーピング活動に従います。

住所 〒

TEL

FAX

氏名

Ⓜ

E-mail:

★捺印のない場合、受理せずに返却します。よって、参加申し込みはないものとします。

※大会事務局使用欄  参加費

第1回石川県パワーリフティング選手権大会  
～ベンチプレス競技～

令和4年10月23日（日）

会場：(株)日本美装

※予め太枠内及び誓約書欄を記入し、捺印の上、大会事務局へ申し込んで下さい。

No.	申込階級	氏名(ふりがな)	性別	生年月日(西暦)
	kg級	( )	<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	年 月 日 (カレンダーイヤー) 歳
参加区分	<input type="checkbox"/> クラシック <input type="checkbox"/> エキイップ <input type="checkbox"/> チャレンジ	選手ID		
検量	セッション	JPA所属団体登録クラブ・団体名 ※それ以外は個人		
kg	合格 オープン 棄権			
本大会にかける意気込み、キャッチフレーズ等				石川県記録挑戦の予定
				<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし

※ 会場で検量後、第1試技の重量とラックの高さを記入し提出すること。

ラック高	セーフティラック高さ	足台	センター補助
cm	上から 段	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	<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	フォーミュラー
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	
変更	kg	第3試技変更①	kg		
		第3試技変更②	kg	順位	位
				特別表彰	

誓約書

石川県パワーリフティング協会 御中

令和 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、大会主催者及び北信越ブロックの協会に一切の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。

・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が主催する大会や北信越ブロックの所属協会が開催する大会の案内用ポスターやプログラム、JPA及び北信越ブロックの各協会ホームページへの掲載、JPA時報への掲載等を含め、JPAと北信越ブロックの協会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。

・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。

住所 〒

TEL

FAX

氏名

Ⓔ E-mail:

★捺印のない場合、受理せずに返却します。よって、参加申し込みはないものとします。

※大会事務局使用欄  参加費

# 新型コロナウイルス感染症対策のための遵守事項

選手用

## 来場についての諸注意

- 1 会場入場時に、マスクの着用と手のアルコール消毒を行って下さい。
- 2 新型コロナウイルスの感染拡大の観点から参加選手は、大会当日の朝、ご自宅にて検温と体調確認（発熱、咳、咽頭痛などの有無）をして下さい。「健康状況申告書」に記入され、会場入口にて提出のこと
- 3 会場入口にて、検温の結果、37.5℃以上の発熱があると認められた方や体調不良と思われる方は、「健康状況報告書」を提出されても、入場をお断りし、お帰りいただきます。
- 4 無観客で開催します。出場選手のご家族、友人、知人であっても、観戦・応援はできません。

## 競技進行上の注意

- 1 試技中以外は、可能な限りマスクを着用して下さい。
- 2 ノーギア大会のため、セコンド無しとします。
- 3 試技及びアップ時、待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 4 飛沫感染防止の為、通常県大会で使用している炭酸マグネシウム（粉タイプ）は使用しません。代わりに、液体チョークを個人で用意下さい。液体チョークは、コスチュームチェック時にチェックします。  
ベビーパウダーを使用する選手は、固形タイプのベビーパウダーをご用意下さい。

## その他

- 1 検量場所では、検量する人と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 2 コスチュームチェックには、検査員と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。

以上の他、JPAのホームページで「新型コロナウイルス感染症対策運用ガイドライン」をご確認下さい。  
<https://www.jp-powerlifting.or.jp/archives/22349>

石川県パワーリフティング協会

# 新型コロナウイルス感染症対策のための遵守事項

大会役員用

## 来場についての諸注意

- 1 会場入場時に、マスクの着用と手のアルコール消毒を行って下さい。
- 2 新型コロナウイルスの感染拡大の観点から参加選手は、大会当日の朝、ご自宅にて検温と体調確認（発熱、咳、咽頭痛などの有無）をして下さい。「健康状況申告書」に記入され、会場入口にて提出のこと
- 3 会場入口にて、検温の結果、37.5℃以上の発熱があると認められた方や体調不良と思われる方は、「健康状況報告書」を提出されても、入場をお断りし、お帰りいただきます。

## 競技進行上の注意

- 1 補助員は全員マスクと滑り止め付き軍手を着用して下さい。ベンチプレスのセンター補助員はフェイスシールドも着用して下さい。また、シャフトは都度消毒用アルコールで拭いて下さい。
- 2 審判員は、マスクの着用。主審は、フェイスシールドも併せて着用して下さい（協会で用意します）。
- 3 検量場所では、検量する人と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 4 コスチュームチェックは、検査員と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。

## その他

- 1 手でドアノブに触れないように、会場のドア、窓は開放して下さい。
- 2 役員席、放送係、陪審員席は、人の間隔を2m程度開けて下さい。  
困難な場合は、隣の席の間に、段ボール、ビニール幕等で間仕切りをして下さい。
- 3 会場入口に感染対策実施中のポスター掲示を行う。

以上の他、JPAのホームページで「新型コロナウイルス感染症対策運用ガイドライン」をご確認下さい。  
<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/archives/22349>

石川県パワーリフティング協会

