

令和4年10月吉日

各位

栃木県パワーリフティング協会
会長 吉羽 茂
(公印省略)

拝啓 貴下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素から、当協会に対しご指導ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、第36回栃木県ベンチプレス選手権大会を下記要項のとおり開催いたします。つきましては、県協会加盟ジムおよび同好会におかれましては、本大会が盛大に開催できるよう、多数の参加をお願い致します。

敬具

第36回栃木県ベンチプレス選手権大会開催要項 (第7回栃木県秋季高等学校パワーリフティング選手権大会と同時開催)

- 主催 栃木県パワーリフティング協会
公認 (公社) 日本パワーリフティング協会
後援 栃木県 栃木県教育委員会 (公財) 栃木県スポーツ協会 下野新聞社 栃木放送
読売新聞宇都宮支局 とちぎテレビ 以上申請予定
- 日時 令和4年12月11日(日)
受付 8:00 検量 8:00 競技開始 10:00 (予定)
※ 新型コロナウイルス感染症対策のため、開会式と閉会式は実施しません。
- 会場 芳賀町第2体育館
〒321-3316 栃木県芳賀郡芳賀町大字与能 861-1 TEL 028-677-5155
- 参加資格 カレンダーイヤー14歳以上の者で、県内在住、在勤者、または、1年以上県内に在住する外国人で、JPA選手登録が必要となります。
- 選手登録 今年度の選手登録をまだ行っていない者は、JPAの選手登録サイト
<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/contact.php#a05> の説明に従い、選手登録を行うこと。
具体的には、<https://powerlifting.shikuminet.jp/> のサイトで栃木県協会の会員として選手登録すること。
- ルール IPFルール ベンチプレスの1種目。フルギアの部とノーギアの部を設ける。
- 階級 フルギア一般の部、ノーギア一般の部
男子 53, 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, 120kg超の9階級
女子 43, 47, 52, 57, 63, 69, 76, 84, 84kg超の9階級
男子53kg級、女子43kg級はジュニア以下の年齢(カレンダーイヤー14歳~23歳)のみ
フルギア高校の部、ノーギア高校の部
男子 53, 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, 120kg超の9階級
女子 43, 47, 52, 57, 63, 69, 76, 84, 84kg超の9階級

栃木県ベンチプレス選手権大会開催要項

- 表彰 個人 1位～3位 (メダル) 4位～6位 (賞状)
 団体 1位～3位 (盾) 4位～6位 (賞状)
 最優秀賞 男女各1名
 団体戦 5人を1チームとして、何チーム出場してもよい。

	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位
得点 (男子)	10	7	6	5	4	3	2	1
得点 (女子)	8	7	6	5	4	3	2	1

- 注意事項 1 出場選手は、全員吊りパン着用のこと。
 2 申し込んだ出場クラス以外への変更はできない。
 3 当日検量の結果、当該クラスの制限体重外の場合はオープン参加となる。
- 申込方法 申込書と記録カードに必要事項を記入の上、下記申込先へ送付すること。参加費は下記振込先に振り込むこと。尚、ジム・クラブにおいては一括で申し込むこと。
- 参加費 1 一般 5,000円 大学・高校生・中学生 3,500円
 2 県外オープン参加者は 5,500円
- 申込先 〒329-0528 栃木県河内郡上三川町ゆうきが丘 17-12 松本信明 Tel 090-4728-1571
- 振込先 栃木銀行 宇都宮東支店 普通預金 7929121 栃木県パワーリフティング協会 (口座名)
※ 申込書に振込人名義を記入してください。
- 締め切り 令和4年11月11日 (金) 必着のこと。締切日を過ぎての申込は一切受け付けません。
- 問い合わせ 申込先に同じ
- その他 ・大会当日の役員、補助者は各ジム、同好会から必ず2～3名お願いします。
当日は7:30に解錠し、会場設営を始めます。役員は、7:30までに集合してください。
もし、前日設営が必要になる場合には、改めてご連絡します。
- ・大会の情報は、当協会のホームページ (<http://tochigipower.sakura.ne.jp/>) でも提供しています。
 - ・本大会の申し込みにあたって取得した個人情報は、大会の運営にのみ利用します。
 - ・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、当協会のホームページ、及び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。

以上

栃木県秋季高等学校パワーリフティング選手権大会開催要項

参加費 1 高校生 3,500 円

2 県外オープン参加者は 5,500 円

申込先 〒329-0528 栃木県河内郡上三川町ゆうきが丘 17-12 松本信明 Tel 090-4728-1571

振込先 栃木銀行 宇都宮東支店 普通預金 7929121 栃木県パワーリフティング協会（口座名）

※ 申込書に振込人名義を記入してください。

締め切り 令和 4 年 11 月 11 日（金） 必着のこと。締切日を過ぎての申込は一切受け付けません。

問い合わせ 申込先に同じ

その他 ・大会当日の役員、補助者は各ジム、同好会から必ず 2～3 名お願いします。

当日は 7:30 に解錠し、会場設営を始めます。役員は、7:30 までに集合してください。

もし、前日設営が必要になる場合には、改めてご連絡します。

- ・大会の情報は、当協会のホームページ（<http://tochigipower.sakura.ne.jp/>）でも提供しています。
- ・本大会の申し込みにあたって取得した個人情報は、大会の運営にのみ利用します。
- ・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、当協会のホームページ、及び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。

以 上

パワーリフティング大会記録カード

誓約書

栃木県パワーリフティング協会御中

私は、栃木県パワーリフティング協会主催の『第7回栃木県秋季高等学校パワーリフティング選手権大会』の参加にあたり、当該競技により発生した傷害等の事故について、その責任の一切は私にあることを認め、大会主催者に対し、将来にわたって一切の請求を行わないことを誓約致します。

令和4年__月__日（申込日）

氏名 _____ 印

保護者氏名 _____ 印

大会名	第7回栃木県秋季高等学校パワーリフティング選手権大会		
大会日	令和4年12月11日（日）	会場	芳賀町第2体育館

No.	選手区分	階級	氏名	生年月日	検量体重	コスチューム チェック
	ノーギア高校	男子 女子 kg 級	フリガナ	西暦 年 月 日 (才)	kg	

現住所	〒 _____		Tel _____	
-----	---------	--	-----------	--

都道府県名	登録区分	所属	選手ID	ベスト記録
	団体 個人			kg

S高さ	B高さ	B補助高さ	足台	B補助
穴段数	穴段数	穴段数	必要 不要	必要 不要

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
	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		変更1 kg	
	kg		変更2 kg	

※各種目での第1試技の重量変更は、第1グループの場合は競技開始の3分前まで、第2グループ以降の場合は前のグループの残り3試技までに、申請することができます。ただし、グループ間に数分間のインターバルを取る場合は、「3分前ルール」が適用されます。

※デッドリフト第3試技の重量の増減は、2回まで可能です。ただし、アナウンサーが重量を放送する前でなければなりません。

トータル記録

第 位

kg