

令和2年1月19日

関係各位

JPA技術委員会 委員長 二宮 正晴
(公印省略)

ルール変更に関する通達

2020年IPFルール改正発表に伴い、JPARルールを下記のとおりに変更します。
合わせて、現在、しっかり明記されてない部分も明確にさせていただきました。
適用は、本通達発行日より有効とさせていただきます。

1. 大会器具に関する内容

① スクワット（ベンチプレス）ラック高さの調整単位（刻み）

5.0cm → 2.5cmに変更

② セイフティラック

最低高が36cmで、2.5cm刻みの穴が10個のある事。

ラック部分の長さ(奥行き)は50cmとする。

※但し、①、②に関し全日本大会では令和2年度より適用させることとし、ブロック地方大会では努力目標とする。

2. 個人用具に関する内容

- ・外側の足底にラバー加工物（滑り止めなど）施されたソックスについての扱い。
国内大会でも、通達発行日より禁止とさせていただきます。

3. ルールに関する内容

- ・スクワット挙上中のバーの下りは、
3番の反則動作（黄色） → 2番の反則動作（青）とする。

4. 1. 2級審判試験の受験について

- ・試験申込みには、必ず審判試験時には、所属する県理事長の推薦状を有する。

5. 2020年より陪審員3人→5人体制開始

内容：審判の判定が2対1の場合で、判定が覆る場合は、5人の陪審の多数決で最低3人が

同意した場合にのみ判定変更可能となります。国内では、まずは試行期間として令和2年
3月7日8日開催のジャパングラシックスパワーリフティング選手権大会より実施する。

※審判参加人数が揃わない場合は3名でも可とさせていただきます緩和措置をとります。

《国際大会関連》

6. エントリー及び、ノミネーションに関する内容

- ① ダブルエントリーの場合は、2エントリー分の出場費を支払い、2回試合をしなくてはならない。
- ② 仮ノミネーションで出された年齢カテゴリーと体重クラスは、本ノミネーションまで変更出来ない。
- ③ ノミネーションで提出する記録重量は、過去12ヵ月間でのベスト記録とする。

7. 令和3年のワールドゲームから「ワールドゲームス記録」が設定される。

【問い合わせ先】 公益社団法人日本パワーリフティング協会
(JPA) 技術委員会
〒678-0239 兵庫県赤穂市加里屋 98-16
電話 : 0791-43-2000
E-mail : jpa.gijyutu@gmail.com