

# 第 11 回横浜市ベンチプレス大会 開催要項

〔主催〕(公財)横浜市体育協会 横浜市パワーリフティング協会 〔共催〕横浜市市民局  
〔後援〕神奈川新聞社(予定) 神奈川県パワーリフティング協会  
〔協賛〕(株)サカタのタネ(マスタース大会)

日時：平成 28 年 9 月 4 日 (日)

受付・検量 9 時 00 分～ 開会式 9 時 30 分～、  
試技開始 10 時 30 分～ 時刻の詳細は後日ホームページで公表します

会場：横浜市神奈川スポーツセンター

住所：神奈川区三ツ沢上町 11-18 市営地下鉄線「三ツ沢上町」駅 徒歩 5 分  
電話：045-314-2662 (本大会の内容に関するお問い合わせはできません)

**参加資格：**満 14 歳以上で横浜市内在住・在勤・在学する方、所属ジム・クラブが、横浜市内にある方。  
JPA 選手登録は必要としません。この参加資格に該当しない選手もオープン参加として出場できます。ディスエイブルの方の参加も受け付けます。

**競技部門：**男子(一般・マスタース1・マスタース2)  
6 階級 59kg、66kg、74kg、83kg、93kg、93kg 超級  
女子(一般・マスタース1・マスタース2)  
4 階級 47kg、52kg、57kg、57kg 超級  
※ 女子の検量は服を着たまま行い、1kg引いた体重を検量体重とします。  
※マスタース1(50歳～64歳) マスタース2(65歳以上)  
カレンダーイヤー(平成28年12月31日での年齢)です。  
※締切後の「階級」「区分(一般・マスタース)」の変更はできません

## 競技方法：

【試技方法】ノーギアシングルベンチプレス大会。JPA 公認大会ルールに準じます。  
【服装に関する注意事項】リフティングスーツ(ツリバン)および半袖Tシャツの着用が原則  
代用としてスパッツを使用する場合は身体に密着しているもの  
公認ルールで認められていない用具は使用できません

**表彰：**【個人戦】各階級1位から3位まで賞状とメダル。4～6位は賞状を授与  
【団体戦】1位から6位まで賞状を授与。男女別で一団体5名。申込時にエントリーすること。  
選手の各階級の順位により得点を合計。  
1 位 12 点、2 位 9 点、3 位 8 点、4 位 7 点、5 位 6 点  
同点の場合は上位獲得者数で決めます

### 3. 参加料・申込み方法

**参加料**： 3000円（保険料込み） **一般とマスターズのダブルエントリー不可**  
**団体戦参加料**:1 団体 3,000 円 参加(5名まで)

**申込み方法**: **参加料は下記の口座へ振込**、参加申込書と振込書のコピーを大会事務局へ郵送。申込書の到着及び参加費の振込をもって受付完了とします。  
**現金書留等は受付いたしません**

《大会事務局》 〒244-0816 戸塚区上倉田町 2141-1-5072  
横浜市パワーリフティング協会 小野琢司（080-4680-3537）

《振込先》 横浜銀行 野庭支店 普通6020364  
横浜市パワーリフティング協会（ヨコハマシパワーリフティングキョウカイ）

**☆申込み締切： 8月 4日（木） 必着**

横浜市パワーリフティング協会 <http://www.yspc.or.jp/ysa/dantai/kyougi/power.htm>

・選手の皆様へお知らせします！！

- (1)会場にはごみを残さず、お持ち帰りください。
- (2)大会記録用の写真を撮って報告書を作成する場合があります。選手、関係者の方々のご理解ください。
- (3)選手は開会式、閉会式にできるだけ参加してください。

#### 【個人情報の取扱いについて】

参加申込書に記載された個人情報については、

- ① 本大会の準備・運営・結果発表（氏名・年齢・所属・記録等の公表）
- ② 今後の大会・講習会等のご案内通知
- ③ 競技人口・記録等の統計、の目的以外には使用しません。

#### 会場のご案内

- 横浜市営地下鉄『三ツ沢上町駅』下車 徒歩 5 分
- 横浜市営バス『三ツ沢上町駅前』下車 徒歩 5 分
- 横浜市営バス・相鉄バス『峰沢入口』下車 徒歩 5 分

