

## 第1回緑区ベンチプレス大会 開催要項

〔主催〕 緑区パワーリフティング協会〔後援〕(公財)横浜市体育協会(予定)、横浜市パワーリフティング協会

**日時: 平成27年 8月 2日 (日)**

受付・検量12時より 開会式12時30分より 試技開始13時より

**会場: リバティハウス 住所 緑区長津田みなみ台5-24-12**

電話 045-482-6191 長津田駅 徒歩15分

【参加資格】満14才以上の緑区内在住・在勤・在学、及び所属ジム・クラブが、緑区内の方

※ 緑区外の方もオープン参加でご参加いただけます

※ 大会当日の申し込みも、オープン参加として受け付けます。

【試技方法】 JPA公認大会ルールに準じます

【服装】 リフティングスーツ(ツリパン) およびTシャツの着用が原則。代用としてスパッツ(身体に密着しているもの)の着用を認めます。リストラップ・ベルトは使用可。シューズは必ず着用。スーパースーツ・ベンチシャツ・ニーラップ・リフティンググローブは使用禁止。

【階級】 男子66・74・83・83kg超級、女子の部(フォーミュラによる順位決定)

【進行方法】 ラウンド制で行います(軽い重量から選手全員が試技を行い、一番重い重量の方が終了した後に、また、軽い重量に戻ります。選手は3回試技ができます。)

【表彰】 各階級の優勝・準優勝・3位には盾と賞状、4~6位には賞状が授与されます

【参加料】 1名 2,000円 (保険料込み) 大会当日、受付にてお支払い下さい

《大会事務局 担当 齊藤 まで》

〒226-0014 緑区台村町 314-2F

電話 045-935-1315 FAX 045-935-1314

**☆申込み締切: 7月17日(金) 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>

## 第1回緑区ベンチプレス大会 参加 申込書

<b>氏名</b>	フリガナ	生年月日	年 月 日
<b>住所</b>			
<b>電話番号</b>	—	—	
<b>所属</b>			

**☆ 送信先 FAX 045-935-1314 ☆**

# 会場案内地図



リバティハウス



住所 緑区长津田みなみ台5-24-12  
電話 045-482-6191  
長津田駅 徒歩15分  
神奈中・市営バス 若葉台中央行  
玄海田(げんかいだ)バス停で下車して  
徒歩 3分