

第3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〕緑区役所、緑区体育協会

(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29年 7月 23日 (日)

受付・検量11時より 開会式12時30分より 試技開始13時より

会場: 横浜市緑スポーツセンター 第2体育室

住所 緑区中山町329-25 TEL045-932-0733 JR中山駅徒歩3分



キャプテンわん (C)ゆず華・(公財)横浜市体育協会

【参加資格】 満14才以上の緑区内在住・在勤・在学、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。

※ 申込み締切日の後や、大会当日にも、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

【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)

【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。

【進行方法】 ラウンド制で行います(軽い重量から全員が試技を行い、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、受付でお支払い下さい。

※ 大会参加申込書は、別紙の所定用紙となっています。

横浜市パワーリフティング協会のHPよりダウンロードも可能です。

<http://www.yspc.or.jp/ysa/dantai/kyougi/power.htm>

☆申込み締切: 6月 23日 (金) 必着

締め切りを過ぎますと、オープン参加になります。

※オープン参加とは、表彰対象にならない参加になります。

お問い合わせ、お申し込みは、以下の事務局までお願いします。

《大会事務局 担当 齊藤》 〒226-0014 緑区台村町314-2F

電話 045-935-1315 FAX 045-935-1314

Eメール midoriku.powerlifting@gmail.com