第５回緑区ベンチプレス大会
横浜市北部ベンチプレス大会

2019 年 6 月 9 日

横浜市緑スポーツセンター

主 催　緑区パワーリフティング協会　横浜市パワーリフティング協会
後 援　横浜市市民局、横浜市緑区、（公財）横浜市体育協会　緑区体育協会　神奈川県パワーリフティング協会
受付検量９：30～　試技開始 11：00～　いずれも予定時刻
詳細は後日横浜市パワーリフティング協会 HP にて公開いたします

第 10 回栄区ベンチプレス大会
横浜市南部ベンチプレス大会

2019 年 6 月 23 日

横浜市栄スポーツセンター

主　催　栄区パワーリフティング協会　横浜市パワーリフティング協会
後　援　横浜市市民局、横浜市栄区、（公財）横浜市体育協会　栄区体育協会　神奈川県パワーリフティング協会
受付検量９：30～　試技開始 11：00～　いずれも予定時刻
詳細は後日横浜市パワーリフティング協会 HP にて公開いたします

出場資格　高校生以上であること　ＪＰＡ選手登録は不要

実施階級　**女子４階級　47 kg級　52 kg級　57 kg級　＋57 kg級**

男子６階級　59 kg級　66kg 級、74 kg級　83 kg級、93 kg級、+93kg 級

競技方法　ノーギアによる個人戦。ＪＰＡ公認大会ルールに準じます。

表　　彰　各部門の各階級１位から３位まで楯　６位までは賞状を授与　区分は以下の通り

① 栄区大会・緑区大会

区内在住・在勤・在学および日常的に緑 SC(緑区大会)栄 SC((栄区大会)で練習されている方

② 北部大会：鶴見、神奈川、港北、都筑、青葉、保土ヶ谷、旭、瀬谷

南部大会：西、中、南、港南、磯子、金沢、戸塚、泉

それぞれの区内在住・在勤・在学する方、および所属ジム・クラブが、区内にある方

注意事項　所属区は１つとし北部大会と南部大会で変更することはできません　（オープン参加可）

参加料　　3,000 円　（保険料込み）　※Y.C.PowerBear の登録選手は 2,000 円

緑区大会・横浜北部大会 申込締切 2019年5月9日（木）必着

申込先：大会事務局　〒226-0014　緑区台村町314　第一秋元ビル2F　担当　斉藤

栄区大会・横浜南部大会 申込締切 2019年5月23日（木）必着

申込先：大会事務局 〒247-0014　栄区公田町467-5-404　担当　大澤

申込方法

申込書・振込書のコピーをそれぞれの事務局へ郵送。書留等での送付は受領いたしません

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　(ﾖｺﾊﾏｼﾊﾟﾜｰﾘﾌﾃｨﾝｸﾞ ｷｮｳｶｲ)

参加申込書はこちらから

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

(公財)横浜市体育協会→加盟団体紹介→競技団体→パワーリフティング

注意事項
- 競技時の服装について、リフティングスーツ(ﾂﾘﾊﾟﾝ)のほかスパッツで代用することができますが背部にポケット等のあるものは使用できません
- 半袖のＴシャツについては、チャック・ボタン等の無いものに限ります。ノースリーブのシャツ長袖及び7分丈のＴシャツは使用できません
- リフティンググローブおよびテーピングは使用できません
- 服装で失格になる場合があります。不明な場合はお問い合わせください

・本大会に関するお問い合わせ はメールにてお願いします
（電話による問い合わせは受付いたしません）

横浜市パワーリフティング協会　e-mail: yokohama_powerlifting@yahoo.co.jp