第４回　栄区ベンチプレス大会 開催要項

1 [主　　催]　横浜市パワーリフティング協会

2 [後　　援]　横浜市市民局、横浜市栄区、(公財) 横浜市体育協会(予定)　神奈川県パワーリフティング協会

3 [日　　時]　**平成２５年４月２１日　（日）　受付開始８時30分**

4 [会　　場]　**横浜市栄スポーツセンター　第二体育室**

横浜市栄区桂町２７９－２９　JR 根岸線「本郷台」駅　徒歩９分

5 [参加資格]　高校生以上であること　ＪＰＡ選手登録は不要

6 [競技階級]　**4 階級　　女子の部、男子～66kg 級、男子～83kg 級、男子 83kg 超級**

7 [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。

試技は３回、フォーミュラー係数により順位を決定

競技開始前にルール説明を行います

8 [表　　彰]　各部門の各階級１位から３位まで賞状を授与　区分は以下の通り

①区内の部:栄区内在住・在勤・在学する方、および所属ジム・クラブが、栄区内にある方

②区外の部:上記に該当しない方

9 [参 加 料]　２，０００円　(保険料込み)

10 [申込方法]　申込書に必要事項を記入し郵送。参加料は当日受付で納入

11 [申 込 先]　〒247-0014　栄区公田町 467-5-404　担当　大沢　宛

12 [申込締切]　**平成 25 年 4 月 6 日（土）　必着**

13 [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

14 [そ の 他]

・試技終了後にベンチプレス情報交換会を行います。

コーディネーター:(社)日本パワーリフティング協会　指導委員長　井原　葉子　氏

・参加申込書はホームページからもダウンロードできます

http://www.yspc.or.jp/sakae_sc_ysa/index.html

・本大会に関するお問い合わせ は

横浜市パワーリフティング協会　担当　小野　　電話　080-4680-3537

e-mail:sakaeku_powerlifting@yahoo.co.jp

第4回栄区ベンチプレス大会　参加申込書

出場区分 ・階級 （該当に〇）	栄 区 内 ・ 区 外			
	女子の部・男子～66 kg級 ・～83 kg級 ・83 kg超級			
所 属				
氏 名	フリガナ	生年月日	S ・ H 年 月 日	満 歳
住 所	〒 ー			
電話番号	ー ー			
e-mail				

申込時の注意事項

☆申込書の記入は楷書でわかりやすく記入してください

☆氏名は本名を記入してください

☆「所属」とは勤務先、学校名及び所属しているスポーツクラブなどです

例:「〇〇クラブ」「㈱〇〇」「〇〇高校」「栄ｽﾎﾟｰﾂｾﾝﾀｰ」 又は「個人」などです

☆申込み期限を過ぎますと出場できませんのでご注意ください

☆お問い合わせはなるべく e-mail のご利用をお願いします

☆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・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、以外には使用しません

©キャプテンわん