平成22年度横浜市民体育大会
第5回　横浜市ベンチプレス大会　開催！！

©キャプテンわん

　ベンチプレス愛好者の方で、満14才以上の横浜市内在住・在勤・在学の方、及び所属ジム・クラブが、横浜市内にある方を始め、該当しない方はオープン参加（但し、表彰対象外）として参加できます。ディスエイブルの方も受け付けます。
　是非、日頃のトレーニングの成果と、力試しを兼ねてご参加下さいますよう、お申し込みをお待ち申し上げております。

主催： 横浜市市民局、（財）横浜市体育協会、横浜市パワーリフティング協会

日時： 平成22年　9月　12日（日）
受付・検量（第1グループ）9時より　開会式　9時30分より
ルール説明　9時50分より　試技開始（第1グループ）10時15分より
※（体重クラス別のグループ分けは、参加者人数の状況を見て決定します）

場所： 横浜市港北スポーツセンター
住所　港北区大豆戸町518－1　JR・市営地下鉄線「新横浜」駅　徒歩15分

階級：【男子の部】　56kg 以下級、60kg 以下級、67．5kg 以下級、
75kg 以下級、82．5kg 以下級、82．5kg 超級
【女子の部】　48kg 以下級、52kg 以下級、60kg 以下級、60kg 超級
【マスターズの部】　50才以上　フォーミュラ係数により順位を決定します

参加料： 1名　2，000円（保険料込み）当日、受付にてお支払い下さい。

☆　申込み締切：　8月　24日（火）☆

※　申込み締切日を過ぎてからの申込みは、オープン参加とします。

《お申込み・ご質問等は　大会事務局　担当　斉藤　まで　》
〒226-0018 横浜市緑区長津田みなみ台5－24－5
電話　045－988－1315　FAX　045－988－1319