

第38回 埼玉県ベンチプレス選手権大会 検量/試技開始時刻 スケジュール								
セッション	1			2			3	
グループ	A	B	C	D	E	F	G	H
受付開始目安時間	8:45～			11:00～			13:00～	
人数	18	10	14	16	13	10	11	10
検量開始時刻	9:00	Aグループ終了後	Bグループ終了後	11:30	Dグループ終了後	Eグループ終了後	13:30	Gグループ終了後
試技開始時刻	11:00	Aグループ終了後	Bグループ終了後	13:30	Dグループ終了後	Eグループ終了後	15:30	Gグループ終了後
階級	女子全選手(18名)	男子59kg級(10名)	男子66kg級(14名)	男子74kg級(16名)	男子83kg級Jr(2名) 男子83kg級M1～3(11名)	男子93kg級Sjr(2名) 男子93kg級M1～4(8名)	男子83kg級一般(7名) 男子93kg級一般(4名)	男子105kg級(9名) 男子120kg超級(1名)
開会式		10:30～						
閉会式		閉会式は行いません						

【試技進行順】 1面で進行します。

■第1セッション 試技開始 11:00～	○ ベンチプレス (Aグループ → Bグループ → Cグループ)
↓	
■第2セッション 試技開始 13:30～	○ ベンチプレス (Dグループ → Eグループ → Fグループ)
↓	
■第3セッション 試技開始 15:30～	○ ベンチプレス (Gグループ → Hグループ)

- 受付は検量と同時に行います。検量の際に、スタート重量、ラック高さ及びセーフティーラック高さをお聞きしますので、検量までに確認しておくようにしてください。
(※ ラック高の確認が間に合わない場合は検量優先で行い、検量後に放送席へ各自ラック高さをお伝えください。)
- Aグループ、Dグループ、Gグループは時間通り検量を開始いたします。他のグループは前のグループの検量が終わり次第スタートします。
- 検量は各グループロットNo順に行います。検量室前に貼ってある、検量順番表を確認してください。呼ばれた際に不在の場合は、グループの最後に回されてしまいます。
- 試技開始時刻は目安時間となります。当日の試技開始時刻のアナウンスを良く聞いてください。記載時刻より早まることはありません。
- グループ間は基本、時間を空けず連続して試技を行います。(審判・役員交代、器材準備時間のみ)
- ラック：ONI、シャフト：BULL を使用します。

注意事項

- ① 会場内は飲食禁止となっております。蓋つきのペットボトルのみ可です。
- ② 試技会場より外へ出られる場合(ロビー、レストラン等の館内施設も含む)は、ツリバンでの歩行はご遠慮ください。Tシャツ、ズボン等の普段着に着替えていただきますようお願いいたします。
- ③ 当日の忘れ物等は協会の方で処分させていただきます。くれぐれも帰宅の際に忘れ物の無いよう、ご注意ください。
- ④ 閉会式は行いません。試技終了後、賞状が完成し、各自受け取り次第解散となります。
* 但し、団体戦エントリチームは第3セッションのGグループ終了まで必ず1名は残っていただくようお願い致します。団体戦賞状をお渡しいたします。
* 既に帰られて団体戦賞状をお渡しできない場合、賞状は処分いたします。後日郵送及び再発行は致しませんのでご注意ください。
- ⑤ 本大会はスポーツ保険に加入しております。対象は選手、補助員及び役員になります。大会期間中に怪我をされた方は、速やかに役員へお声掛けください。後日、お話を頂いても対応出来ませんのでご注意ください。
- ⑥ 埼玉県記録は自己申告制となります。大会当日のみ受付致します。記録を樹立された方は、受付に置いてある埼玉県記録申請書に必要事項を記入の上、役員へ提出してください。
申告漏れ及び大会後の申請は記録更新とはなりませんのでご注意ください。

*スケジュールは変更となる可能性がございます。変更する際には埼玉県ホームページに掲載致します。