

第90回埼玉県サブジュニア・ジュニアパワーリフティング選手権大会 検量/試技開始時刻 スケジュール									
セッション	－			－			－		
面	A面			B面			C面		
グループ	A	B	C	D	E	F	G	H	I
人数	9	10	11	11	9	9	10	10	10
役員集合	8:30			8:30			8:30		
選手入場開始	8:45(優先)	9:00～		8:45(優先)	9:00～		8:45(優先)	9:00～	
検量開始時刻	9:00	Aグループ終了後	Bグループ終了後	9:00	Dグループ終了後	Eグループ終了後	9:00	Gグループ終了後	H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	11:00	Dグループ終了後	Eグループ終了後	11:00	Gグループ終了後	Hグループ終了後
階級	女子全階級(9名)	サブジュニア男子 59kg級①(9名) ジュニア男子 59kg級(1名)	サブジュニア男子 93kg級(6名) 105kg級(3名) 120kg級(1名) ジュニア男子 105kg級(1名)	サブジュニア男子 53kg級(6名) 66kg級①(5名)	サブジュニア男子 59kg級②(9名)	サブジュニア男子 74kg級①(3名) ジュニア男子 66kg級(2名) 74kg級(4名)	サブジュニア男子 66kg級②(10名)	サブジュニア男子 83kg級(9名) ジュニア男子 83kg級(1名)	サブジュニア男子 74kg級②(9名) 74kg級フルギア(1名)
開会式 閉会式	簡易的な開会式を行います。 試技・片付け終了後、賞状が準備出来次第。								

【試技進行順】 3面×3グループに分けて進行します。

■A面 ①スクワット(Aグループ→Bグループ→Cグループ)⇒②ベンチプレス(Aグループ→Bグループ→Cグループ)⇒③デッドリフト(Aグループ→Bグループ→Cグループ)
■B面 ①スクワット(Dグループ→Eグループ→Fグループ)⇒②ベンチプレス(Dグループ→Eグループ→Fグループ)⇒③デッドリフト(Dグループ→Eグループ→Fグループ)
■C面 ①スクワット(Gグループ→Hグループ→Iグループ)⇒②ベンチプレス(Gグループ→Hグループ→Iグループ)⇒③デッドリフト(Gグループ→Hグループ→Iグループ)

試合用ラックはBULL2台、ER1台を使用します。バーはBULLを使用予定です(プレートはIVANKO)。

受付は検量と同時にを行います。検量の際に、スタート重量、ラック高さ及びセーフティラック高さをお聞きしますので、出来るだけ検量までに確認しておくようにしてください。(検量優先をお願いします。)

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)

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、ツリパ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。

*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。

⑦会場内ではルールを守ってください。(廊下等での大声、トイレのスリッパ使用方法・ルール、ゴミの持ち帰り等)。状況により役員より注意させて頂く場合があります。

*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。