



# 第8回 彩の国ベンチプレス選手権大会 開催要項

- 【日付】 令和8年3月15日(日)
- 【検量】 午前 9時00分～(受付も同時に行います。)
- 【開会式】 試技開始前に簡易的な開会式を行う予定です。
- 【競技開始】 午前 11時00分～ \*タイムスケジュールは、参加選手確定後にHPに掲載します。
- 【会場】 サイデン化学アリーナ(さいたま市記念総合体育館) 多目的室  
〒338-0835 埼玉県さいたま市桜区道場4丁目3番1号  
TEL 048-851-5050  
アクセス バス:浦和駅西口発大久保浄水場行き 桜区役所下車徒歩1分
- 【主催】 埼玉県パワーリフティング協会
- 【後援】 (公社)日本パワーリフティング協会
- 【競技部門】 ノーギア競技/フルギア競技  
\*一般・他のカテゴリー及びノーギア・フルギアのWエントリーは行いません
- 【階級】 男子 59,66,74,83,93,105,120,120kg超級(8階級) サブジュニア・ジュニアは53kg級を設ける  
女子 47,52,57,63,69,76,84,84kg超級(8階級) サブジュニア・ジュニアは43kg級を設ける
- 【参加区分】 一般 / マスターズ1(40～49歳) / 2(50～59歳) / 3(60～69歳) / 4(70～79歳) / 5(80歳～)  
サブジュニア(14～18歳) / ジュニア(19～23歳)  
( )内はカレンダーイヤー年齢(年内に達する年齢を指します。)  
\*他県オープン参加可 (オープン参加の選手は参加申込書券記録カード左上に□内にオープンと記入)
- 【表彰】 各階級1位～3位 メダル授与 / 1位～6位 賞状授与(郵送は致しません)  
\*オープン参加の選手は記録証を発行致します。
- 【競技規則】 (公社)日本パワーリフティング協会(JPA)競技規則による
- 【参加資格】 **令和7年度JPA登録選手及び申込締切日までに選手登録の手続きが完了している者**  
満14歳以上の男女で埼玉県内に在住・在勤・在学する者及び所属ジム・クラブ・同好会が県内にある者  
\*日本パワーリフティング協会に登録申請書の送付、登録費の振込入金後、完了とする。  
\*埼玉県外所属選手はオープン参加(表彰対象外)となります。記録は公式認定されます。  
\*上記資格に当てはまっても埼玉県外所属選手に関しては、オープン参加となり、表彰対象外となります。記録は公式認定されます。
- 【選手登録】 日本パワーリフティング協会ホームページ  
<http://www.jpa-powerlifting.or.jp/>  
「大会関連情報→選手 審判 団体登録」より登録を済ませてください。
- 【参加費】 県内選手 サブジュニア 4,000円 ジュニア/一般/マスターズ 5,000円  
県外選手 サブジュニア 5,000円 ジュニア/一般/マスターズ 6,000円  
\*県外(オープン参加)選手は、参加費が異なりますのでご注意ください。
- 【団体戦】 埼玉県協会に所属団体登録をしている3名以上参加の所属団体を対象と致します。採点方法は3名以上・上位5名の合計点数男女の混合戦とします。1位～6位賞状 ※埼玉県ルール

順位	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位以下
ノーギア 一般男子	12点	9点	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点
その他カテゴリー	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点	1点	1点

### <団体戦順位決定方法>

- ① チーム内上位5名の合計点数の多いチーム
- ② ①が同点の場合:男女、カテゴリー問わずチーム全員の中で1位の人数が多いチーム
- ③ ②が同数の場合:②の方法で2位の人数が多いチーム。(以降、3位、4位…と比較する。)

【申込方法】 埼玉県パワーリフティング協会ホームページより開催要項をダウンロードして印刷する。  
次に記載する(ア)(イ)を送付先の郵送する事。(ア)は必要事項を記入のこと。

(ア) 参加申込書 兼 記録カード(A4サイズ・白黒可) \*選手ID記入必須

**\*未成年の選手は保護者の署名、マスターズ4,5の選手はご家族の署名をお願いします。**

(イ) 参加費の振込控えのコピー ※切手代に不足無きようお願いいたします。  
定形郵便の場合は110円になります。

【送付先】 〒333-0823 埼玉県川口市石神1337-7  
埼玉県パワーリフティング協会事務局 古賀 光範

○不明点は、下記メールアドレスに御連絡ください。

[saitamapower\\_koga@yahoo.co.jp](mailto:saitamapower_koga@yahoo.co.jp) (古賀個人アドレス)

○メールでの御連絡が出来ない方は、下記に電話連絡願います。

事務局長 古賀 光範 090-7940-9455(原則メールでの問合せをお願いします。)

**※参加費は下記の口座に御振込をお願い致します。**

【振込先】 ゆうちょ口座間送金の場合  
ゆうちょ銀行【記号】10350【番号】98893021  
サイタマケンパワーリフティングキョウカイ

他銀行からのお振込の場合

ゆうちょ銀行【店名】〇三八(ゼロサンハチ)【店番】038

【預金種目】普通預金【口座番号】9889302

サイタマケンパワーリフティングキョウカイ

【申込締切】 令和8年2月11日(水) **必着** ※期日厳守/郵送のみ受付します。

※普通郵便は投函から数日かかりますので、早めの申込をお願い致します。締切日間近の場合は速達等での対応を推奨いたします。(毎回、数名の方が締切日を超えて到着しております。)

【コスチューム】 コスチュームは、最新の日本パワーリフティング協会競技規定に準ずる。  
(日本パワーリフティング協会ホームページを御確認ください。)

**ノーギア競技・フルギア競技共にツリパン着用と致します。**

ノーギア:ツリパン・Tシャツ・リストラップ(\*)・ニススリーブ(\*)

フルギア:ツリパン・Tシャツ・ベンチシャツ可・リストラップ(\*)・ニススリーブ(\*)

(\*)着用は任意

※ コスチュームチェックに合格したものであっても、使用法や使用中に要件を満たさなくなったもの(途中で破ける、サイズが合わず大きすぎる等)は試技での使用を認めない。  
ゆるゆるのツリパン等も含まれる。

**※ Tシャツは身体にフィットした服を着用してください。緩いTシャツでは試技はできません。  
コスチュームチェックの際に、試技で使用するTシャツを着用してください。**

【その他】 ・検量に合格できない場合は、失格となります。  
・当日はボールペンを御持参ください  
・大会会場は飲食禁止となります。飲食はロビーでお願いします。  
(蓋付きのペットボトルのみ可)

・入金後の返金及び締切日後の変更等は一切行いません。

・選手の方は役員駐車場には駐車出来ません。有料駐車場を利用ください。

・別紙『令和7年度大会会場心得』をご確認し、内容を理解したうえでご来場下さい。

・閉会式は行いません。試技終了後に賞状・メダルを受け取った方から退場をお願い致します。(賞状作成に時間を頂きます。)

・団体戦に参加されているチームは最低1名団体戦表彰までお待ちください。

(注)後日郵送等はありません。当日受け取られない場合は処分いたします。

・『参加申込書兼記録カード』は必要事項を確実に記入をお願いします。

近々では、選手ID及び生年月日の記入漏れ、ノーギア/フルギアのレ点未記入が多くみられます。

(ノーギア/フルギアの区分未記入の場合はノーギアにてエントリー致します。)

注) 埼玉県記録の更新は自己申告制になります。試技終了後、各自で記録を確認し、記録更新を希望される方は受付にある『埼玉県記録申請書』に必要事項を記入の上、提出してください。大会当日のみ受付します。  
申請書記入不備や提出忘れ、後日申請は一切記録更新は認めませんので、ご注意ください。  
埼玉県記録は埼玉県所属選手のみ申請できます。他県所属選手は申請できません。

# 第8回 彩の国ベンチプレス選手権大会 参加申込書 兼 記録カード

↑オープン参加の場合は『オープン』と記入してください。

※選手は太枠内及び誓約書に記入及び捺印し、所定の申込先に送付してください。

セッション・グループ	No.	<input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア	性別	フリガナ：
		カテゴリー SJr・Jr・一般 M1・M2・M3 M4・M5	<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	氏名：
		生年月日(西暦) 年齢 年 月 日 歳	階級 kg級	
				選手ID：
登録都道府県		所属クラブ・団体		自己ベスト記録
				kg

検量体重	本大会への意気込み、アピールポイント等				
kg					
ベンチプレス ラック高さ	穴	個目	セーフティーバー高さ	穴	個目 *希望者のみ
センター補助	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要		足台	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	

※会場での検量時に、第一試技と重量、ラックの高さを伺いますので検量までに確認しておいてください。

種目	第一試技	第二試技	第三試技	ベスト記録	順位
ベンチプレス	初回		kg		
	変更		変更 1	kg	
			変更 2	kg	kg
備考					

注)必要事項(色塗部)は確実に記入をしてください。問い合わせ先(電話、メール)の記入も忘れずをお願いします(読める字で記入をお願いします)。選手IDの記載漏れが多く見られます。忘れずに記入してください。

## 【誓約書】

(公社)日本パワーリフティング協会 御中  
埼玉県パワーリフティング協会 御中

令和8年 月 日

本大会の開催期間中に発生した事故トラブル等に関しては、自己の責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をお掛け致しません。将来に亘り一切の請求をしない事を誓います。  
尚、協会PR(JPA広報・JPA・SPAホームページ・Facebookなど)のために使用する、大会の参加者本人を含む会場内の風景や競技内の風景や競技中の写真・動画をJPA・SPAに帰属致します。

〒

住所 \_\_\_\_\_ 署名 \_\_\_\_\_ ㊟

保護者/ご家族署名 \_\_\_\_\_ ㊟

※↑サブジュニア、マスターズ4/5選手のみ

TEL \_\_\_\_\_ E-MAIL \_\_\_\_\_