

第91回埼玉県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	1(前半の部)				2(後半の部)			
	A面		B面		A面		B面	
面	A	B	C	D	E	F	G	H
グループ	A	B	C	D	E	F	G	H
人数	13	11	13	12	14	13	14	14
役員集合	8:15							
選手受付開始	8:30				12:30			
検量開始時刻	8:45	Aグループ終了後	8:45	Cグループ終了後	13:00	Eグループ終了後	13:00	Gグループ終了後
試技開始時刻	10:30	Aグループ終了後	10:30	Cグループ終了後	15:00	Eグループ終了後	15:00	Gグループ終了後
階級	女子マスターズ(13名)	女子一般(4名) 男子M3~M5(7名)	男子Sjr(4名) 男子Jr(7名) 男子83kg級M1(2名)	男子M2全選手(12名)	男子一般 59kg級(3名) 66kg級(11名)	男子一般 93kg級(13名)	男子一般 83kg級(9名) 105kg級(4名) 120kg級(1名)	男子一般74kg級(10名) 男子M1.74kg級(3名) 男子一般120kg超級(1名)
開会式	10:15頃を目安に簡易的な開会式を行う予定です。							
閉会式	個人賞、団体戦表彰のみ行います。							

* 第1セッション選手の会場入場は8:30(開館)になります。A/Cグループは 8:45から検量開始となりますので、Lot.No1~3/25~27の選手は検量室に直行してください。ラック高さは各試技場の放送席付近で受付します。
前半グループは検量開始~試技開始まで1時間45分となりますのでご注意ください。
(役員の方は8:00から入館可能。会場準備宜しく願い致します。)

【試技進行順】 **2面且つ前半後半に分けて進行します。**

<p>■A面</p> <p>【前半】①スクワット(Aグループ → Bグループ) ⇒ ②ベンチプレス(Aグループ → Bグループ) ⇒ ③デッドリフト(Aグループ → Bグループ)</p> <p>⇒ 【後半】④スクワット(Eグループ → Fグループ) ⇒ ⑤ベンチプレス(Eグループ → Fグループ) ⇒ ⑥デッドリフト(Eグループ → Fグループ)</p>
<p>■B面</p> <p>【前半】①スクワット(Cグループ → Dグループ) ⇒ ②ベンチプレス(Cグループ → Dグループ) ⇒ ③デッドリフト(Cグループ → Dグループ)</p> <p>⇒ 【後半】④スクワット(Gグループ → Hグループ) ⇒ ⑤ベンチプレス(Gグループ → Hグループ) ⇒ ⑥デッドリフト(Gグループ → Hグループ)</p>

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)

* 選手人数が多いため、長時間の試技時間が予想されます。会場も21時退館と限られておりますので、円滑な運営にご協力の程宜しくお願い致します。

* アップ場は器材とレイアウトの関係上、2面のみとなりますので、混雑が予想されます。予めご了承願います。基本的にアップ時間不足等による、時間調整等は行う予定はありません。各自の判断でアップを進めていただきますようお願い致します。

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**団体戦参加チームの方は、最低1名は最後まで残ってください。**団体6位以内まで賞状をお渡しいたします。代表者が不在の場合は、賞状は処分させていただきます、**後日の再発行、郵送は致し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。**