

第 19 回春季新潟県ベンチプレス選手権大会開催要項[F/N]

日 時 令和 3 年 4 月 18 日(日) 受付・検量 9 時 競技開始 10 時 30 分

会 場 〒959-1861 新潟県五泉市粟島851 五泉市粟島ふれあい館体育館

主 催 五泉パワーリフティングクラブ

主 管 新潟県パワーリフティング協会

後 援 五泉市・五泉市教育委員会・五泉市スポーツ協会・新潟日報社・新潟県ボディビル・フィットネス連盟
(公財)新潟県スポーツ協会・スポーツニッポン新聞社新潟支局(公社)日本パワーリフティング協会

出場資格 新潟県在住で、健全なアマチュア選手であること。県外選手のオープン参加不可。

競技規定 (公社)JPAの規定により、フルギア競技とノーギア競技を実施する。

・フルギア競技の部は、ベンチTシャツ可。ベンチTシャツとリフティングスーツの組み合わせのこと。
タンクトップ、スーパースーツは不可。

・ノーギア競技の部は、ベンチTシャツは不可。Tシャツとリフティングスーツ、Tシャツとスパッツの
組み合わせは可。(スパッツは膝上まで可、ロングスパッツ不可。)

ベルトとリストラップのみ使用可。

・フルギア競技とノーギア競技は同時進行。ダブルエントリーは不可。申込階級と当日の検量が
相違する場合は、オープン参加(順位が付かない)。

※別紙「コスチュームに関する注意事項」を参照すること。

階 級 ・男子:59、66、74、83、93、105、120、120 kg超級(サブジュニア、ジュニアのみ 53kg 級)

・女子:47、52、57、63、69、76、84、84 kg超級(サブジュニア、ジュニアのみ 43kg 級)

年齢別 ・一般 :年齢制限無し(全ての年齢の方がエントリーできる)

・サブジュニア :18歳までの選手(カレンダーイヤーを基準とする)

・ジュニア :19歳~23歳(カレンダーイヤーを基準とする)

・マスターズⅠ :40歳~49歳(カレンダーイヤーを基準とする)

・マスターズⅡ :50歳~59歳(カレンダーイヤーを基準とする)

・マスターズⅢ :60歳~69歳(カレンダーイヤーを基準とする)

・マスターズⅣ :70歳~79歳(カレンダーイヤーを基準とする)

・マスターズⅤ :80歳以上 (カレンダーイヤーを基準とする)

一般以外のカテゴリーにおいては、カレンダーイヤー(12月31日まで)にて出場区分をする。

(例)8月1日で40歳になるA選手は、その年の1月1日以降、たとえ大会日が39歳であっても、マスターⅠの
選手となる。一般とのダブルエントリー、マスターズ、ジュニアの選手でも一般でのシングルエントリー可能。

表 彰 個人戦:フルギア、ノーギア男女年齢別各級 1 位に金メダル及び 6 位まで賞状授与
特別賞:フルギア、ノーギア最優秀選手賞、男女各 1 名(IPF ポイント重量の上位選手)

※表彰式は大会当日行いません。賞状は後日郵送します。金メダルのみ 1 位の選手にお渡しします。

選手登録費 団体登録 一般=5,000円 大学生=2,000円 中・高校生=1,000円

※団体選手登録には別途、所属団体登録費10,000円が必要です。

個人登録 一般=8,000円 大学生=2,000円 中・高校生=1,000円

(令和3年度登録済の選手は必要ありません。)

選手登録は(公社)日本パワーリフティング協会の HP より各自で行うことになりました。

団体選手登録は団体代表者に依頼、個人選手登録は HP で大会参加申込締切と同時期に選手登録も済ませておくようにしてください。(大会当日選手登録はできません。)

参加費 一般 =4,000円

マスター I II III IV =4,000円(年齢別参照 カレンダーイヤーを基準とする)

サブジュニア、ジュニア =2,000円(年齢別参照 カレンダーイヤーを基準とする)

ダブルエントリー 一般+マスターズ=6,000円 一般+サブジュニア、ジュニア=4,000円

※年齢別のダブルエントリーの試技は通常通りで1回だけです。

申込 参加申込書兼記録票に必要事項を記入の上、参加費と共に現金書留にて下記へ送付。

郵便振替で参加費を振り込み、郵送にて申込用紙を送付。(FAX 不可)

〒950-0986 新潟県新潟市中央区神道寺南2丁目10-10

新潟県パワーリフティング協会

事務局 西野 朋子 TEL&FAX 025-246-0546

郵便振替口座 11250-25917271 口座名義 新潟県パワーリフティング協会

他金融機関より (株)ゆうちょ銀行【店名】一二八(読み イチニハチ)【店番】128

【預金種目】普通預金 【口座番号】259172(電信扱いで、振込料は別途お払いください。)

申込締切 **令和3年3月22日(月)必着**

(プログラム作成、表彰準備の関係から期日厳守のこと。)

注意事項 ・次の場合は、申込を受け付けないので注意すること。

・電話での申込、締切日を過ぎてからの申込、参加費が同封されていない時。

・締切日を過ぎてからの参加費の返却には応じない。

その他 ・選手への昼食販売はいたしませんので、各自で用意してください。

・審判・陪審員・補助員は新潟県内在住の関係者に限定します。

・会場内では新型コロナウイルス感染症対策を厳守してください。

・開会式、閉会式は行いません。競技開始等はアナウンスにご注意ください。

・表彰式も行いません。賞状は後日郵送いたします。

・競技エリアには、選手と大会関係者以外の立ち入りを禁止します。

・ゴミは各自持ち帰りをお願いします。

・新型コロナウイルス感染拡大により急遽中止、延期になる場合は新潟県パワーリフティング協会ホームページに掲載、お知らせします。

第 19 回春季新潟県ベンチプレス選手権大会 参加申込書兼記録票

・予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上、申し込んで下さい。

2021 年 4 月 18 日(日)大会開催

No.	申込階級	氏 名 (ふりがな)	ID 番号	性 別	生年月日 (西暦)
	kg級 ()	()		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	年 月 日 カレンダーイヤー 歳
参加区分に チェック	<input type="checkbox"/> フルギア <input type="checkbox"/> ノーギア				
	<input type="checkbox"/> SJ <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> MI <input type="checkbox"/> MII <input type="checkbox"/> MIII <input type="checkbox"/> MIV <input type="checkbox"/> MV				
検 量	セッション	コート	所属都道府県	所属クラブ・団体・個人	団体 ID 番号
kg		一面実施			
本大会への意気込み、キャッチフレーズ等					

※会場で検量時に第1試技の重量とラック高さを記入。

ラックの高さ	セーフティバー高さ	足台	センター補助		
cm(穴 個目)	cm(穴 個目)	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要	<input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要		
	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト	IPF ポイント
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	
変更	kg	第3試技変更1	kg	/	/
		第3試技変更2	kg	順位	位
				特別表彰	

誓 約 書

新潟県パワーリフティング協会 御中

2021 年 月 日

- ・本大会の参加に際して、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び北信越ブロックの協会に一切の迷惑をおかけ致しません。又、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。
- ・尚、本大会の参加者本人を含む会場風景や競技中の写真を、JPAが主催する大会や北信越ブロックの所属協会が開催する大会の案内用ポスターやプログラム、JPA及び北信越ブロックの各協会ホームページへの掲載、JPA時報への掲載等を含め、JPAと北信越ブロックの協会の事業活動のために利用されることについて、了承します。
- ・又、日本アンチ・ドーピング機構が定めるドーピング防止規程及び関係規則類を遵守し、JPAのアンチ・ドーピング活動に従います。

住 所 〒 _____

TEL _____ FAX _____

氏 名 _____ (印) E-mail: _____

★捺印のない場合、受理せずに返却します。よって、参加申し込みはないものとします。

新型コロナウイルス感染症対策のための遵守事項

来場についての諸注意

- 1 会場入場時に、マスクの着用と手のアルコール消毒を行って下さい。
- 2 新型コロナウイルスの感染拡大の観点から参加選手は、大会当日の朝、ご自宅にて検温と体調確認（発熱、咳、咽頭痛などの有無）をして下さい。「健康状況申告書」に記入され、会場入口にて提出のこと。
- 3 会場入口にて、検温の結果、37.5℃以上の発熱があると認められた方や体調不良と思われる方は、「健康状況報告書」を提出されても、入場をお断りし、お帰りいただきます。
- 4 原則、無観客で開催します。出場選手のご家族、友人、知人であっても、観戦・応援はできません。

競技進行上の注意

- 1 試技中以外は、可能な限りマスクを着用して下さい。
- 2 フルギア参加選手は、セコンド1名帯同可。ノーギア参加選手はセコンド無しとします。
- 3 試技及びアップ時、待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 4 飛沫感染防止の為、通常県大会で使用している炭酸マグネシウム（粉タイプ）は使用しません。代わりに、液体チョークを個人で用意下さい。液体チョークは、コスチュームチェック時にチェックします。
ベビーパウダーを使用する選手は、固形タイプのベビーパウダーをご用意下さい。

その他

- 1 検量場所では、検量する人と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 2 コスチュームチェックには、検査員と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 3 表彰式は大会当日行いません。賞状は後日郵送します。

以上の他、JPAのホームページで「新型コロナウイルス感染症対策運用ガイドライン」をご確認下さい。
<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/archives/22349>

新型コロナウイルス感染症対策のための遵守事項

来場についての諸注意

- 1 会場入場時に、必ずマスクの着用と手のアルコール消毒を行って下さい。
- 2 新型コロナウイルスの感染拡大の観点から参加選手は、大会当日の朝、ご自宅にて検温と体調確認（発熱、咳、咽頭痛等の有無）をして下さい。「健康状況申告書」に記入され、会場入口にて提出のこと。
- 3 会場入口にて、検温の結果、37.5℃以上の発熱があると認められた方や体調不良と思われる方は、「健康状況報告書」を提出されても、入場をお断りし、お帰りいただきます。
- 4 原則、無観客で開催します。出場選手のご家族、友人、知人であっても、観戦・応援はできません。

競技進行上の注意

- 1 補助員は全員マスクと滑り止め付き軍手を着用して下さい。ベンチプレスのセンター補助員はフェイスシールドも着用して下さい。また、シャフトは都度消毒用アルコールで拭いて下さい。
- 2 審判員は、マスクの着用。主審は、フェイスシールドも併せて着用して下さい（協会での用意します）。
- 3 検量場所では、検量する人と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。
- 4 コスチュームチェックは、検査員と選手1名のみとします。待機者の間隔は2m程度を確保して下さい。

その他

- 1 表彰式は大会当日行いません。賞状は後日郵送します。
- 2 手でドアノブに触れないように、会場のドア、窓は開放して下さい。
- 3 役員席、放送係、陪審員席は、人の間隔を2m程度開けて下さい。困難な場合は、隣の席の間に、段ボール、ビニール幕等で間仕切りをして下さい。
- 4 会場入口に感染対策実施中のポスター掲示を行う。

以上の他、JPAのホームページで「新型コロナウイルス感染症対策運用ガイドライン」をご確認下さい。

<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/archives/22349>

コスチュームに関する注意事項

以下のものは JPA のルールにより禁止されているので注意してください。

JPA のホームページでルールブックを確認してください。

1. Tシャツ

- ① 高低差のある織り方をしたものの、ゴム等の素材を含んだもの、デニム生地
 - ② ポケット、ボタン、ファスナー、襟がついたもの、または V ネックのもの
 - ③ 試技の助けになると思われる縫い目やプリントがあるもの、縫い目を補強したもの
 - ④ 袖が肘を覆うほど長いもの、または三角筋が隠れないほど短いもの
 - ⑤ 体をサポートしていると思われるきついもの
- * ごく普通の綿 T シャツなら問題なく使用できます。バックプリントがあっても、滑り止めの効果が認められない普通のプリントであれば問題ありません。

2. シングレット(スパッツ)

- ① 股下の長さが 3cm 未満のもの、または 25cm を超えるもの
 - ② あて布、またはパッドが縫い付けられているもの
 - ③ 生地が二層になっているもの(ただし股下部分のみ 12cm×24cm の範囲で可)
 - ④ 体(特に臀部)に密着しない緩いもの
 - ⑤ スパッツにおいて、膝頭を覆うほど長いもの
- * スパッツはあくまでも地方大会のみの緩和措置です。シングレット(特に IPF 公認品)の着用を推奨します。

3. 靴下

- ① 足底に滑り止めがついているもの
 - ② 膝頭を覆うほど長いもの
- * パワーリフティング大会のデッドリフト競技においては、膝下までのハイソックスの着用が義務付けられています。

4. 下着(アンダーショーツ)

- ① 2 枚重ねて着用すること
 - ② 反発力の強い生地のもの、腹筋下部をサポートするもの、デニム生地のもの
 - ③ 裾が長いもの、いわゆるトランクス型のもの
- * 一般的なボクサーブリーフ型下着は使用可です。ただし、シングレットやスパッツ、スーパースーツの裾から出ないようにして下さい。

5. 靴

- ①靴底に金属の滑り止めがついたもの、スパイク類
- ②ビジネスシューズやブーツ、ハイヒールなどスポーツにふさわしくないもの
- ③5本指シューズなどの足趾分離型シューズ、トレッキング用などのアウトドアシューズ
- ④踵の高さが5cm、中敷きの厚さが1cmを超えるもの
- ⑤靴底を加工したもの

* いわゆる“たびぐつ”と呼ばれる作業用のシューズは使用可としますが、安全靴(先芯入りのもの)は不可とします。

6. ベルト

- ①幅10cm、厚さ13mmを超えるもの
- ②補強の目的でパッド、金属などをベルトの表面や層の間に取り付けてあるもの
- ③厚さが均等でないもの(背の部分のみ厚くなっているようなもの)
- ④ループが2本以上ついているもの

* 認可されていないロゴなどが入っているものに関しては、テープなどを貼り付けてロゴを隠して頂く場合があります。IPF公認品か無地のものの使用を推奨します。

7. リストラップ

- ①幅8cm、長さ1mを超えるもの

* 幅10cm以内のリストバンドも使用可ですが、リストラップとの併用は不可です。

8. ニースリーブ

- ①長さ30cm、厚さ7mmを超えるもの
- ②ストラップや紐、マジックテープがついているもの
- ③自力で着脱出来ないほどきついもの

* ビニール袋やスーツスリッポンを使用しての着脱も不可です。

9. スーパースーツ、ニーラップ、ベンチシャツ、エレクトロシャツについて

- ①フルギア競技でのみ使用可とする
- ②IPF公認品のみに使用可とする
- ③縫い縮めの方法などについては、各自で最新情報を確認すること

令和3年2月新潟県パワーリフティング協会技術委員長 平野雅之

第19回春季新潟県ベンチプレス選手権大会パンフレット協賛広告のお願い

謹啓 関係各位におかれましては、平素より新潟県パワーリフティング協会に対しまして格別のご理解、ご支援を賜りまして厚く御礼申し上げます。

さて、4月18日(日)に第19回春季新潟県ベンチプレス選手権大会が五泉市粟島ふれあい館体育館にて開催される運びとなりました。

ところで、大会開催に際しましては、選手、役員一同一丸となりまして現在準備に取り組んでおりますものの、何分にも新潟県パワーリフティング協会の脆弱な財政基盤の現状では十分な大会運営資金の確保ができず、苦慮いたしております。

つきましては、関係各位により一層のご支援並びにご協力を賜り、ご協賛広告を募集させて頂きたく、ここに伏してお願い申し上げます。

1 協賛広告費

区分	サイズ(横×縦)	料金
プログラム A4 版 1 ページ	約169mm×247mm	20,000円
同上 1/2 ページ	約169mm×120mm	10,000円
同上 1/4 ページ	約169mm×56.5mm	5,000円
同上 1/8 ページ	約81mm×56.5mm	3,000円

2 広告原稿〆切 令和3年3月22日(月) 必着

※以前より広告をいただいている皆様には同じ内容でサイズ変更等の希望がありましたら、遠慮なく連絡ください。

3 原稿送付先

(現金書留)

〒950-0986
新潟県新潟市中央区神道寺南2丁目10-10
新潟県パワーリフティング協会 事務局 西野 朋子
電話&FAX 025-246-0546 携帯 090-1663-9599
メール tamako@mbi.nifty.com

4 振込先

ゆうちょ銀行 口座記号・番号 11250-25917271
口座名義 新潟県パワーリフティング協会

※新潟県パワーリフティング協会理事は無理には言いませんが、自分の会社、個人的な選手の応援などなるべく広告を入れてくださるようお願いいたします。

第19回春季新潟県ベンチプレス選手権大会広告協賛申込書

令和3年 月 日

企業名(個人名)

印

住所

電話番号

本大会開催の趣旨に賛同し、下記の掲載サイズと料金で協賛広告を申し込みます。

該当するサイズと料金を○で囲んでください。 プログラム A4 サイズ

1 ページ 20,000 円 1/2 ページ 10,000 1/4 ページ 5,000 円 1/8 ページ 3000 円