

## 第 20 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 4 年 5 月 15 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・一般社団法人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)。

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)盾授与

※表彰式は大会当日行いません。賞状は印刷してテーブルに置くので各自引き取りお願いします。金メダル、盾のみ該当選手にお渡しします。

選手登録(公社)日本パワーリフティング協会の HP (<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/contact.php#a01>)を確認し、各自で行う必要があります。

団体選手登録、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】2591727(電信扱いで、振込料は別途お払いください。)

申込締切 **令和4年4月18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。競技開始等はアナウンスにご注意ください。

・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20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。

2022年5月15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	
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"/> 必要		
	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

2022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、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。「パワー&ベンチ大会参加のための問診表」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、発熱があると認められた方や体調不良と思われる方は、「パワー&ベンチ大会参加のための問診表」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2 m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2 m程度を確保して下さい。

### その他

- 1 表彰式はありませんので、従前のような賞状等の手渡しはなく、各団体・個人毎にテーブルに置かれた物を各自が取りに来る方式とします。
- 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2 m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います。

# 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。「パワー&ベンチ大会参加のための問診表」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、発熱があると認められた方や体調不良と思われる方は、「パワー&ベンチ大会参加のための問診表」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 表彰式はありませんので、従前のような賞状等の手渡しはなく、各団体・個人毎にテーブルに置かれた物を各自が取りに来る方式とします。

関係者各位

令和4年 3月 吉日  
新潟県パワーリフティング協会  
理事長 相馬 満 信

## 審判及び役員依頼

皆様方には、益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。常日頃より本協会の運営におきましては、ご協力ご指導いただきありがとうございます。

さて、この度、第20回春季新潟県ベンチプレス選手権大会が、下記の通り開催される運びとなりました。

つきましては、ご多忙のこととは存じますが、公認審判員、役員の方々にご協力を賜りたくよろしくお願い申し上げます。

日 時 令和4年5月15日(日)  
受 付 9:00  
競技開始 10:30～  
会 場 新潟県五泉市粟島851  
五泉市粟島ふれあい館体育館

新潟県パワーリフティング協会事務局

〒950-0986 新潟県新潟市中央区神道寺南2丁目10-10

西野 朋子(ニシノ トモコ)

TEL&FAX 025-246-0546

携帯 090-1663-9599

メール tamako@mbi.nifty.com

お手数ですが、ご都合の程を4月18日(月)までに、ご記入のうえ、新潟県パワーリフティング協会事務局までお知らせくださるようお願い申し上げます。補助員等手伝い希望の方もお名前と連絡先だけ教えていただけますと、昼食弁当の手配をいたします。

※新型コロナウイルス感染症対策を施しての大会運営となります。別紙、新型コロナウイルス感染症対策のための遵守事項を熟読され、「パワー&ベンチ大会参加のための問診表」に記入、会場入口にて提出よろしくお願い致します。

令和4年5月15日開催 第20回春季新潟県ベンチプレス選手権大会 審判・役員連絡表

氏名	(審判員 級)	連絡電話番号(携帯可)	審判員ID番号	備考

## パワー&ベンチ大会参加のための問診票 Ver.4

I. 次の1)～10)の質問にこたえてください。「はい・いいえ」のどちらかに○をつけます。裏面がありますのでご注意ください。

- 1) 基礎疾患・免疫疾患がある はい いいえ  
(「はい」と答え方は当てはまるものにを入れてください)  
糖尿病 高血圧 癌 透析 心血管系疾患 慢性呼吸器系疾患  
ステロイド長期投与 免疫抑制剤服用  
その他( )
- 2) 37.5度以上の熱がある はい いいえ
- 検温結果→ \_\_\_\_\_ 度
- 3) 風邪に似た症状がある(喉の痛みや関節の痛みなど) はい いいえ
- 4) 強いだるさ(倦怠感)や 息苦しさ(呼吸困難)がある はい いいえ
- 5) 味覚・嗅覚に異常がある はい いいえ
- 6) 2週間以内に海外への渡航歴がある はい いいえ
- 7) 新型コロナウイルス感染者、またはその疑いがある者との接触がある はい いいえ
- 8) COVID-19感染症のワクチン8ヶ月以内に未接種である はい いいえ
- 9) 直前にPCR検査を受け、結果が陽性である はい いいえ
- 10) 厚生労働省接触確認アプリをインストールしていない はい いいえ  
(裏面へ続く)

(表面より続き)

Ⅱ. 以降は誓約書であり、パワーリフティング、ベンチプレス競技を今後も継続して実施するため、皆さまにおねがいしたい事項をまとめたものです。記載してあることをよく読んで、確認枠に☑をいれてください。チェックを入れ終えたら、下部の署名欄へ署名してください。

誓約内容	確認枠
1 1) 試技をする時以外はマスクを着用し飛沫の拡散防止に努めます。	<input type="checkbox"/>
1 2) 私は、大声を出して他の選手を応援することはいたしません。	<input type="checkbox"/>
1 3) 会場内のあらゆる場所でソーシャルディスタンスを保ち、試合が白熱しても、プラットフォーム周辺で密をつくることはいたしません。	<input type="checkbox"/>
1 4) 私は、こまめに手指消毒を行い、接触感染の予防に努めます。	<input type="checkbox"/>
1 5) 私は、会期中の会食・飲み会へ参加することを控え、感染拡大防止に努めます。	<input type="checkbox"/>
1 6) 自分の試合が終われば速やかに帰宅いたします。	<input type="checkbox"/>

1) ～ 10) の記載内容に間違いありません。また、1 1) ～ 1 6) を遵守することを誓います。

令和            年            月            日

ご署名

---

携帯電話番号



## 第20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、5月15日(日)に第20回春季新潟県ベンチプレス選手権大会が五泉市栗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4年4月18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20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4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