

2023 燃ゆる感動かごしま国体

公開競技パワーリフティング大会北信越ブロック最終選考会 開催要項

日 時	令和5年6月11日(日) 受付・検量 8:00 開会式: 9:30 競技開始: 10:00
会 場	〒920-0355 石川県金沢市稚日野町222番地 いしかわ総合スポーツセンター 当日問合せ・連絡先: 石川県協会理事長 林 靖弘 (携帯TEL 090-2372-5784)
主 催	石川県パワーリフティング協会
共 催	富山県、福井県、新潟県、長野県の各パワーリフティング協会
後 援	(公財)石川県スポーツ協会、(公社)日本パワーリフティング協会(JPA)
出場資格	北信越各県協会において令和5年度JPA登録済みの18歳以上の日本国籍を有する選手であって、各県協会の予選会で出場権を獲得した選手。 尚、日本国籍を有していない者であっても、過去1年以上適法な在留資格に基づいて日本に滞在している18歳以上の選手で、JPA登録済みの選手は参加できる。
競技規定	JPAのルール及び「公開競技実施に関するガイドライン」に基づくノーギア競技。 □コスチュームは、以下の通り(詳細はJPARルールブックを参照のこと)。 ・リフティングスーツ(シングレット)とTシャツを着用すること。タンクトップ及びスパッツは使用不可。 ・シングレットとベルトは、JPARルールブックに規定された規格に適合するものを使用すること。 ・ラップ類(リストラップ、ニーラップ)、ニースリーブはIPF公認品のみ使用可。尚、ニーラップとニースリーブの併用及び重ね履きは不可。 ・デッドリフトにおいては、膝下までのハイソックスを必ず着用すること。ただし、滑り止めの付いたソックスは不可。 ・ベンチシャツ・スーパースーツは使用不可。 □各県協会の予選会で出場権を獲得した階級と異なる階級での参加は不可。申込階級と当日の検量が相違する場合は、オープン参加(公開競技への参加資格は無い)。 □公開競技最終選考会と北信越大会は同時進行。 ★北信越大会が同時開催されるが、 <u>最終選考会に参加する選手が北信越大会にダブルエントリーすることは認められる。ただし、北信越大会参加選手で最終選考会出場資格がない場合、最終選考会へのダブルエントリーは不可。</u> ★最終選考会のみエントリーする選手は、日本記録への挑戦ができる。ただし、北信越記録への挑戦は、北信越大会にダブルエントリーの場合のみ可能。
階 級	男子: 59 66 74 83 93 105 120 120kg超級 の8階級 女子: 47 52 57 63 69 76 84 84kg超級 の8階級
表 彰	最終選考会の通過者に賞状のみ贈呈。
参加費	3,000円(成人の区分のみ)。 ★ <u>北信越大会にダブルエントリーする選手の場合</u> 一般: 6,000円 大学生・専門学校生: 4,000円 高校生以下: 3,000円。

申 込	<p>同封の参加申込書（兼誓約書）、アンチ・ドーピングに関する誓約書及び摂取医薬品・サプリメント申告書に必要事項を記入し、必ず記名捺印の上、参加費を振り込みした金融機関の控えとともに、下記宛て送付のこと。</p> <p>送付先：〒929-1174 石川県かほく市浜北ハ38-8 Tel 090-8790-3400 石川県パワーリフティング協会 事務局 山口真矢</p> <p>振込先：北國銀行 泉支店 普通0067007 石川県パワーリフティング協会</p> <p>※尚、振込手数料は各自で負担願います ※払込取扱票の通信欄には、必ず以下を明記して下さい。 氏名・階級・クラス（複数名一緒に振り込む場合は、全員の氏名・階級・クラスを記入して下さい）</p>
申込締切	令和5年5月19日（金）（プログラム作成の関係から期日厳守）

注意事項	<p>①県の予選会で公開競技最終選考会の出場資格を有していない選手は、参加申込みできません。</p> <p>②電話での申込み、締切日を過ぎての申込みは、受付けません。当日の参加申込みもできません。</p> <p>③参加費が送金されていない場合、参加申込書（兼誓約書）に捺印のない場合は、受理せずに返却します。</p> <p>④締切日を過ぎてからの参加費の返却要請には、応じられません。</p> <p>⑤会場内では安全上の注意事項を厳守すること。特に、競技エリアには選手と大会運営関係者以外の立ち入りを禁止します。</p> <p>⑥ゴミは各自で持ち帰り、会場に残さないようご協力下さい。</p>
そ の 他	<p>①審判等の役員には、昼食弁当を用意します。</p> <p>②ホテルは、各自で手配して下さい。</p> <p>③会場周辺にはレストラン等がありません。選手の方はあらかじめコンビニ等で昼食弁当をご用意ください。</p>

第43回 北信越パワーリフティング選手権大会 開催要項

日 時	令和5年6月11日(日) 受付・検量 8:00 開会式: 9:30 競技開始: 10:00
会 場	〒920-0355 石川県金沢市稚日野町222番地 いしかわ総合スポーツセンター 当日問合せ・連絡先: 石川県協会理事長 林 靖弘 (携帯TEL 090-2372-5784)
主 催	石川県パワーリフティング協会
共 催	富山県、福井県、新潟県、長野県の各パワーリフティング協会
後 援	(公財)石川県スポーツ協会、(公社)日本パワーリフティング協会(JPA)
協 賛	北國新聞社
出場資格	北信越各県協会において令和5年度JPA登録済みの男女。選手登録は、参加申し込み前に済ませておくこと。大会当日の選手登録は受け付けない。登録手続きが分からない場合、在住する各県の協会事務局に問い合わせること。 尚、日本国籍を有していない者であっても、過去1年以上適法な在留資格に基づいて日本に滞在している選手で、JPA登録済みの選手は参加できる。
競技規定	JPAの規定に基づいて、フルギア競技とノーギア競技を実施する。 ■ コスチュームは、フルギア競技及びノーギア競技ともに、以下の通りとする(詳細はJPARULEBOOKを参照のこと)。 ・リフティングスーツ(シングレット)とTシャツを着用すること。タンクトップ及びスパッツは使用不可。 ・シングレットとベルトは、JPARULEBOOKに規定された規格に適合するものを使用すること。 ・ラップ類(リストラップ、ニーラップ)、ニースリーブはIPF公認品のみ使用可。尚、ニーラップとニースリーブの併用及び重ね履きは不可。 ・デッドリフトにおいては、膝下までのハイソックスを必ず着用すること。ただし、滑り止めの付いたソックスは不可。 ■ フルギア競技の部では、ベンチシャツ・スーパースーツは使用可。ただし、ベンチシャツにスーパースーツの組合せは不可。 ■ ノーギア競技の部では、ベンチシャツ・スーパースーツは使用不可。 ■ フルギア競技とノーギア競技は同時進行。 <u>両競技のダブルエントリーは不可。</u> 申込階級と当日の検量が相違する場合は、オープン参加となる(順位が付かない)。又、一般と年齢別各カテゴリーとのダブルエントリーは不可(どちらか選択すること)。 ★国体公開競技の最終選考会が同時開催、同時進行となるが、最終選考会に参加できる選手のみ、北信越大会にダブルエントリーができる。北信越大会参加選手で最終選考会出場資格がない場合、最終選考会へのダブルエントリーは不可。
階 級	男子: 59、66、74、83、93、105、120、120kg超級 (ジュニア、サブジュニアのみ53kg級) 女子: 47、52、57、63、69、76、84、84kg超級 (ジュニア、サブジュニアのみ43kg級)

年 齢 別	<p>① 一 般：全てのリフター（14歳以上）</p> <p>② サブジュニア：14歳～18歳（カレンダーイヤーを基準とする）</p> <p>③ ジュニア：19歳～23歳（カレンダーイヤーを基準とする）</p> <p>④ マスターズⅠ：40歳～49歳（カレンダーイヤーを基準とする）</p> <p>⑤ マスターズⅡ：50歳～59歳（カレンダーイヤーを基準とする）</p> <p>⑥ マスターズⅢ：60歳～69歳（カレンダーイヤーを基準とする）</p> <p>⑦ マスターズⅣ：70歳～79歳（カレンダーイヤーを基準とする）</p> <p>⑧ マスターズⅤ：80歳以上（カレンダーイヤーを基準とする）</p> <p>★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）の年齢により出場区分が決まる。</p> <p><例>12月1日で40歳になるA選手は、その年の1月1日以降、たとえ大会日において39歳であっても、マスターⅠの選手となる。</p>
表 彰	<p>各県対抗戦：2位まで表彰。1位=10点、2位=7点、3位=5点、4位=3点、5位=2点、6位=1点（オープン参加は順位なし。失格は0点）</p> <p>個人戦：フルギア、ノーギア部門とも男女年齢別、各級3位まで</p> <p>特別賞<最優秀選手賞>フルギア、ノーギア部門とも男女各1名（IPFポイントの上位選手）</p>
参 加 費	<p>一般・マスターズⅠⅡⅢⅣⅤ（社会人）：5,000円</p> <p>大学生、各種専門学校生：3,000円 高校生以下：2,000円</p> <p>★公開競技最終選考会に参加する選手が北信越大会にダブルエントリーする場合は、以下の通り。</p> <p>一般（マスターズを含む）：6,000円</p> <p>大学生・専門学校生：4,000円 高校生以下：3,000円</p>
申 込	<p>同封の申込書（兼誓約書）、アンチ・ドーピングに関する誓約書及び摂取医薬品・サプリメント申告書に必要事項を記入し、必ず記名捺印の上、参加費を振り込んだ金融機関の控えとともに下記宛て送付のこと。</p> <p>送付先：〒929-1174 石川県かほく市浜北ハ38-8 Tel 090-8790-3400 石川県パワーリフティング協会 事務局 山口真矢</p> <p>振込先：北國銀行 泉支店 普通0067007 石川県パワーリフティング協会</p> <p>※尚、振込手数料は各自で負担願います</p> <p>※払込取扱票の通信欄には、必ず以下を明記して下さい。</p> <p>氏名・階級・クラス（複数名一緒に振り込む場合は、全員の氏名・階級・クラスを記入して下さい）</p>
申込締切	令和5年5月19日（金）（プログラム作成の関係から期日厳守）
注意事項	<p>①会場受付で選手のIDを提示すること。JPAへ選手登録申請中である場合は、登録費の送金証明書（コピーでも可）を提示すること。</p> <p>②北信越各県協会で登録されていない選手は、オープン参加となります。</p> <p>③電話での申込み、締切日を過ぎての申込みは、受付けません。</p> <p>④参加費が納付されていない場合、参加申込書（兼誓約書）に捺印のない場合は、受理せずに返却します。</p> <p>⑤締切日を過ぎてからの参加費の返却要請には、応じられません。</p> <p>⑥会場内では安全上の注意事項を厳守すること。特に、競技エリアには選手と大会運営関係者以外の立ち入りを禁止します。</p> <p>⑦ゴミは各自で持ち帰り、会場に残さないようご協力下さい。</p>
そ の 他	<p>①審判等の役員には、昼食弁当を用意します。</p> <p>②ホテルは、各自で手配して下さい。</p> <p>③会場周辺にはレストラン等がありません。選手の方はあらかじめコンビニ等で昼食弁当をご用意ください。</p>

参加申込書兼記録票 (大会日：令和5年6月11日)

令和5年度第43回北信越パワーリフティング選手権大会

2023燃ゆる感動かごしま国体公開競技北信越ブロック最終選考会

※出場する大会に☑して下さい。又、以下の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。

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"/> 成年男子 <input type="checkbox"/> 成年女子 (公開競技最終選考会用)		
	<input type="checkbox"/> S J <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> M I <input type="checkbox"/> M II <input type="checkbox"/> M III <input type="checkbox"/> M IV <input type="checkbox"/> M V				
検量	セッション	コート	所属都道府県	所属クラブ・団体	
kg		一面実施			
本大会への意気込み、キャッチフレーズ等					日本記録挑戦の予定
					<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし

スクワットのラック高さ	cm (穴 個目)	自己ベスト (年 月 日)	
<同セーフティバー高さ>	cm (穴 個目)	大会名:	
ベンチプレスのラック高さ	cm (穴 個目)	スクワット	kg
同セーフティバー高さ	cm (穴 個目)	ベンチプレス	kg
同センター補助 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要	同足台 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要	デッドリフト	kg
		トータル	kg

※会場で検量時に第1試技の重量とラック高さ等を記入。

	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト	IPFポイント	種目別順位
スクワット	kg	kg	kg	kg		
	変更 kg					
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg		
	変更 kg					
			小 計			
デッドリフト	kg	kg	kg	kg		
	変更 kg		変更 kg	変更 kg		
IPFポイント	トータル			kg		
順位	特別表彰					

誓約書

石川県パワーリフティング協会 御中

令和 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、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各県協会に一切の迷惑をおかけ致しません。又、将来にわたり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県協会ホームページへの掲載等を含め、JPAと北信越ブロックの各県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。

第43回北信越パワーリフティング大会

2023 燃ゆる感動かごしま国体

公開競技パワーリフティング大会最終選考会

会場：いしかわ総合スポーツセンター：マルチパーパス

〒920-0355 金沢市稚日野町北 222 番地

TEL 076-268-2238

【アクセス】



令和5年3月吉日

北信越各県協会理事長 各位

石川県パワーリフティング協会
理事長 林 靖弘
連絡先電話：090-2372-5784
E-mail：arkbaria21@gmail.com



審判員派遣ご協力依頼の件

拝啓 時下益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素より、石川県パワーリフティング協会の活動に対して格別のご芳情を賜り、有り難く厚く御礼申し上げます。

さて、別紙開催要項のとおり、来る6月11日（日）に金沢市にて第43回北信越パワーリフティング選手権大会及び2023燃ゆる感動かごしま国体公開競技北信越ブロック最終選考会を開催することとなりました。

ついては、真剣に記録に挑戦する選手達の公正な判定のために、ご多忙のこととは存じますが、各県の公認審判員の方々のご協力を賜りたく、各県協会理事長においては、誠にお手数ですが、それぞれ所属の公認審判員の方々にご連絡をいただき、下記の連絡票にご記入の上、5月19日までに事務局へご返送又は当職あてにメールにてご返信いただきますよう、お願い申し上げます。

審判資格に関しては、シクミネットによりJPAに登録して審判IDの取得が必要です。登録の手続きが分からない場合は、各県協会事務局にお問い合わせ下さい。

当日、審判又は役員の方々の昼食は弊協会にて用意致します。

なお、宿泊については、勝手ながら、各自にて手配の程、よろしく願いいたします

敬具

連絡票

<期限：令和5年5月19日>

〒929-1174 石川県かほく市浜北ハ38-8

石川県パワーリフティング協会

事務局 山口 真矢

TEL：090-8790-3400 E-mail：shinyamouthnote@gmail.com

県パワーリフティング協会

次のとおり、陪審員又は審判員として協力します。

認定級	氏名	連絡先電話番号（携帯番号）	ID番号	備考
級				
級				
級				
級				
級				

安全に関する注意事項

北信越各県パワーリフティング協会

パワーリフティング競技は極限の重量を扱うため、大怪我をする等の不測の事態が生じる危険があります。選手、役員、スタッフ等の大会関係者全員は、このことを十分に理解した上で安全確保に努めるとともに、競技会場及びウォーミングアップ場においては、下記に例示する注意事項を遵守して大会に臨むようお願いします。

《選手の注意事項》

- ① カラー未装着が原因で落下したプレートによる怪我
⇒ウォームアップの場合も、必ずカラーを取付けて実施すること。
- ② スーツ類の破れによる怪我
⇒スーツ類の劣化や縫い目等について、自己チェックを徹底すること。
- ③ スクワット及びベンチプレスのバーベル落下による怪我
⇒選手は慎重にスタートポジションを取り、シャフトをしっかり握ること。
特に、スクワットのバーベル落下は、選手ばかりか補助員も巻き込む大きな怪我につながるおそれがあるので、選手は試技途中で立ち上がれない場合でも、絶対に後ろへ投げ出さないこと。必ず肩に担いだままで、補助員の手助けを借りて立ち上がること。
- ④ デッドリフトのフィニッシュ後半での怪我
⇒ダウンの合図後に足先へプレートを落下させないように、スタンスに注意すること。
- ⑤ 体調不良による怪我
⇒安全を優先して、棄権する勇気も必要です。

《補助員の注意事項》

- ① スクワット及びベンチプレスの挙上失敗に伴う怪我
⇒外したプレート等は、つまずいたりしないように、足元付近には絶対に置かないこと。又、常にバーベルの落下を想定して、選手の動きを見ながらしっかりと補助の構えを取ること。
特に、ベンチプレスで万一の場合の補助動作では、プレート内側直近部分のシャフトを絶対に持たないこと。必ず、シャフトの中央部分やプレート外側部分又はプレート自体を持つこと。
- ② ベンチプレスのバーベル受け渡しの不手際による怪我
⇒センター補助は、選手にバーベルを確実に受け渡しができるように、手を離す際には慎重に行うこと。
- ③ デッドリフトの後方転倒に伴う怪我
⇒センター補助は、選手と一緒に倒れることを避けるために、腰を落として補助の構えを取り、選手の動きをよく見ること。

《その他の注意事項》

- ① 会場設営時や撤収時
⇒プレート、ラック等の重量物運搬中に、手指、足、腰等に怪我をするおそれがあります。
十分に注意して作業を行うこと。大会終了後は疲れているので、慌てずに慎重に行うこと。
- ② 見学、応援時
⇒ウォーミングアップ場では、器具周辺から離れて見学し、足元に注意すること。
- ③ 会場内全体
⇒大会会場に掲示されている施設利用上の注意事項、指示事項、禁止事項等に従うこと。

- ★大会期間中は傷害保険に加入しています。万一、会場内で怪我をした場合は、速やかに大会事務局又は大会実行委員長に申し出て下さい。大会終了後又は通院治療後でも構いません。
- ★怪我とは別に、気分が悪くなったり、体調を崩したりした場合は、休日診療先を案内しますので、遠慮なく大会事務局に申し出て下さい。

以上