

【元気クラブ公認】

ベンチプレス・パワーリフティング記録会 開催要項

会 場 元気クラブ 〒781-1143 高知県土佐市波介 4384-3 電話：088-852-7146

日 時 平成 30 年 5 月 27 日（日）午前 8 時検量～午前 10 時競技開始

階 級 ・女子 7 階級 = 47kg級、52kg級、57kg級、63kg級、72kg級、84kg級、84kg超級
・男子 9 階級 = Jr. 53kg、59kg級、66kg級、74kg級、83kg級、93kg級、105kg級
120kg級、120kg超級

選手区分 ①一般（14 歳以上）
②ジュニア（19 歳～23 歳）
③サブジュニア（14 歳～18 歳）
※カレンダーイヤーを基準

参加資格 平成 29 年度 JPA（日本パワーリフティング協会）に選手として未登録の方。

競技規則 JPA 競技規則に準じる。

服 装 特に定めないが、審判が判定し易い服装（T シャツとスパッツ等）が望ましい。

競技方法 JPA ルールに準じる。

表 彰 各階級 1 位の方には景品・全選手に記録認定証を発行する。

参 加 費 2,000 円 （スポーツ保険料を含む）

申込方法 別紙「出場申込書・記録表」に必要事項を記入の上、参加費を添えて元気クラブ窓口へ提出して
下さい。

申込〆切 平成 30 年 5 月 24 日（木）

問合せ先 元気クラブ(088-852-7146)

諸 注 意 ①会場にゴミ箱はないので、ゴミは各自で持ち帰ってください。
②スポーツマンとしてのマナーには注意してください。



元気クラブ記録会 出場申込書・記録表

□シングルベンチプレス □パワーリフティング

カテゴリー	階 級	検量体重	備 考
<input type="checkbox"/> 一 般 <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> サブジュニア	男子 ・ 女子 Kg 級	k g	
		検量担当	

氏 名 (ふりがな)	年 齢	所 属 (ふりがな)
()	生年月日 (西暦) 年 月 日 満 才	()

ベンチラック高さ	・上から 個目の穴 ・パワーライン Cm	足 台	要 不要
		センター補助	要 不要
セフティバー高さ	・上から 個目の穴 ・パワーライン Cm		
スクワットラック高さ	・上から 個目の穴 ・パワーライン Cm	スクワットセフティバー高さ	上から 個目

種 目	1 回 目	2 回 目	3 回 目	記 録	第 位
スクワット					
ベンチプレス					
デッドリフト					
コメント:			トータル	k g	

誓 約 書

元気クラブ 御中

私は、元気クラブ公認記録会への出場にあたり、当競技により発生したあらゆる事故等について、その責任の一切は私にあることを認め、大会主催者に対し、将来に渡って一切の請求を行わないことを誓約いたします。

平成 年 月 日

住 所 〒 _____

氏 名 _____ 印 (必ず署名・捺印願います) 電話 _____