

第28回いずもベンチプレス選手権大会(EQ & CL)
第30回島根県ベンチプレス選手権大会(CL)

開 催 要 項

日 時	令和7年9月28日(日) 受付10:30～
会 場	出雲市総合体育館 出雲だんだんとまとアリーナ サブアリーナ
住 所	島根県出雲市西林木町207-1 TEL0853-21-0001
主 催	出雲市体育協会・島根県パワーリフティング協会・出雲市パワーリフティング協会
後 援	出雲市
主 管	出雲市パワーリフティング協会
競技規定	令和7年度日本パワーリフティング協会競技規則で行う
参加資格	①令和7年度日本パワーリフティング協会選手登録者。 ②いずも大会は日本国在住者。(CL:クラシック・EQ:イクイップ) ③島根県大会は島根県在住者。(CL:クラシック) ④いずも大会、島根県大会にダブルエントリー可能です。 (島根県外の方で島根県大会に参加の方はオープンとなります。)
階 級	令和7年度日本パワーリフティング協会が定める階級。 女子 43kg級(ジュニア以下) 47kg級 52kg級 57kg級 63kg級 69kg級 76kg級 84kg級 84kg超級 男子 53kg級(ジュニア以下) 59kg級 66kg級 74kg級 83kg級 93kg級 105kg級 120kg級 120kg超級
コスチューム	①身体に密着したシングレット又はスパッツを着用する。 ②肘が隠れないTシャツ又はJPA公認パワーギアを着用可とする。 ③島根県大会のみパワーギアの着用は禁止する。
表 彰	各大会1位～6位に賞状
使用器具	ベンチ台: ELEIKO・skai クッション シャフト: ELEIKO
申込方法	シクミネットにて行います。下記のURLから申し込みをお願いします。 https://powerlifting.shikuminet.jp/events/357/
申込期間	8月1日(木)～9月10日(木) 申込〆切後、WEBにて参加者を発表します。
参 加 費	いずも大会 一般: 5,000円 学生: 3,000円 島根県大会 一般: 5,000円 学生: 3,000円 ベンチ大会複数エントリーは、2種目目が半額となります。 入金後の出場辞退は、いかなる理由でも返金いたしません。
問い合わせ先	ご不明点や欠場等の報告は、事務局までご連絡をお願いいたします。 高橋: k.h.y.k.72121@icloud.com 山崎: yuukoyamasaki0@gmail.com

スケジュール予定

ベンチプレス大会(公認大会)	
受付開始	10:30
検量開始	11:00
コスチュームチェック	11:15
競技開始	
開 会 式	12:30
島根県大会	13:00
いずも大会	13:50

全競技終了後、表彰式を行います。