

## 第 4 回 晴れの国チャレンジベンチプレス&パワーリフティング大会

### 開催要項

日 時 令和7年12月21日（日）

8時30分～ 開場・選手受付

9時00分～ 検量・コスチュームチェック

10時15分～ 開会式

11時00分～ 試技開始

\*上記は予定です。

詳細なスケジュール等は、エントリー締切後に発表致します。

会 場 岡山大学 校友会トレーニング棟

〒700-0082 岡山市北区津島中1-1-1

主 催 岡山県パワーリフティング協会

協 力 岡山大学体育会ウェイトトレーニング部

後 援 (公財) 岡山県スポーツ協会【予定】

(公社) 日本パワーリフティング協会【予定】

競技方法 J P A (日本パワーリフティング協会) 公認の部

1) J P Aルールに基づくベンチプレス及びパワーリフティング競技とします。

2) ノーギア競技・フルギア競技どちらも実施します。

3) ノーギア競技・フルギア競技のダブルエントリーも可能とします。

ベンチプレス競技とパワーリフティング競技のダブルエントリーは不可とします。

なお、検量は最初に出場するグループでの1回のみとします。

#### チャレンジの部 (J P A非公認)

1) 1人1種目3試技までとします。

2) ジャージやTシャツ短パンなど、運動ができる服装

3) 室内用運動靴を履いてください。

4) ベルト、リストラップ、ニースリープの使用は認めますが、ニーラップ、ベンチシヤツ、ベンチプレスサポーター（スリングショット等）の使用は不可とします。個人用具の使用については、原則J P A公認ルール（ノーギア）に従います。

## 階 級

### J P A公認の部

女子 (8 階級) : 47kg、52kg、57kg、63kg、69kg、76kg、84kg、84kg 超級

男子 (8 階級) : 59kg、66kg、74kg、83kg、93kg、105kg、120kg、120kg 超級

※男女とも年齢別のカテゴリーは設けず、「一般」開催のみです。

### チャレンジの部 (J P A非公認)

女子 (2 階級) : 55kg 以下、55kg 超

男子 (3 階級) : 60kg 以下、80kg 以下、80kg 超

## 参加資格

### J P A公認の部

①満 14 歳以上の健康な男女で、日本に 1 年以上在住していること。

ただし、本戦大会開催年の 4 月 1 日現在、14 歳以上であること。

②令和 7 年度 J P A 登録選手であること。

参加申込書に選手 ID ナンバーの記入が必要です。

### チャレンジの部 (J P A非公認)

①競技ができる健康状態であること。その他、特に制限はありません。

※ J P A 登録選手がチャレンジの部 (J P A非公認) に参加する際、J P A 「競技者等に関する倫理規定」第 4 条 (競技者の禁止事項) 第 2 項に定められている非公認大会参加の届出書の提出は不要です。(J P A 「非公認大会の参加可否に関する運用基準」第 5 条 (除外事項) 第 1 項 (1) に該当するため。)

## 大会参加費

### J P A公認の部

5,000 円 (傷害保険込み)

※ダブルエントリー 8,000 円 (傷害保険込み)

### チャレンジの部 (J P A非公認)

2,000 円 (傷害保険込み)

## 表 彰

部門ごと : 参加者全員に表彰状を授与

ベストリフターに表彰状を授与

## 選手登録

J P A 規定に基づく。

注) 令和 7 年度分が未登録の方は、必ずご登録下さい。

J P A ホームページ (各種窓口・お手続き)

<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/contact.php>

※チャレンジの部のみ参加の場合は、選手登録必須ではありません。



## 申込方法

### ①申込フォームによる申し込み

Google Forms を利用した WEB 申込を実施します。

なお、参加費は所定の口座にお振込み下さい。

申込フォーム直通QRコード（申込部門を間違えないよう気を付けてください。）

#### ベンチプレス競技



J P A公認の部



チャレンジの部

#### パワーリフティング競技



J P A公認の部



チャレンジの部

参加申込書兼記録表及びアンチドーピングに関する誓約書（J P A公認の部のみ）及び接種医薬品・サプリメント申告書（J P A公認の部のみ）は、当日選手受付にて、氏名を自署いただいた後にお渡ししますので、選手本人が印刷等の準備をする必要はありません。

### ②郵送による申し込み

参加申込書およびアンチドーピングに関する書類（J P A公認の部のみ）に必要事項をご記入のうえ、郵送にて送付してください。記入漏れがある場合は、不受理となる場合がございます。

なお、参加費は所定の口座にお振込み下さい。

★参加申込書等の提出について

提出書類

- 参加申込書兼記録表
- アンチドーピングに関する誓約書及び接種医薬品・サプリメント申告書（JPA公認の部のみ）

提出書類に必要事項を記入（誓約書は自署必須）のうえ、原本を以下の住所まで送付してください。（申込フォームによる申し込みの場合は、原本送付不要です）

【送付先住所】

〒700-0016 岡山県岡山市北区伊島町2-11-12-102  
岡山県パワーリフティング協会 大会事務局 吉岡秀明 宛

★参加費振込先

中国銀行瀬戸支店 普通 1513751  
岡山県パワーリフティング協会事務局 野上広志

※振込依頼人は、必ず参加選手名でお願い致します。異なる場合は事務処理が出来ないことがあります。

申込締切

**令和7年12月4日（木）19:00まで必着**

必ず〆切までに①申込書の提出、②参加費振込、③選手登録、④アンチドーピング書類（JPA公認の部のみ）の提出を済ませて下さい。

※ 上記日時までに申込・選手登録・参加費振込すべて完了している者のみエントリーを受理します。いかなる理由の場合でも、以降の手続きは受け付けません。  
また、〆切以降の返金に関しても一切応じかねます。

お問合せ

大会事務局 吉岡（e-mail : okayama.power@gmail.com）

諸 注意

会場内は土足厳禁です。各自で上履きをご用意ください。  
なお、会場内での食事は厳禁です。

使用器具

ラック ELEIKO、バー ELEIKO を予定

## 会場案内

〒700-0082 岡山県岡山市北区津島中1-1-1

岡山大学 校友会トレーニング棟

※敷地内に有料駐車場がございます。

(最初の1時間無料。その後1時間毎に300円。最大料金1,500円。)

