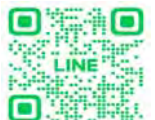


**開 催 要 項**  
**第 41 回高知県パワーリフティング選手権大会**  
**第 39 回高知県ベンチプレス選手権大会**

- 1 主 催 高知県パワーリフティング協会
- 2 主 管 高知県パワーリフティング協会
- 3 後 援 公益社団法人日本パワーリフティング協会(J P A)
- 4 会 場 元気クラブ 〒781-1143 高知県土佐市波介 4384-3 電話：088-852-7146
- 5 日 時 2025 年 12 月 7 日 (日) 午前 8 時検量～午前 10 時競技開始
- 6 階 級 ・女子9階級 = J43kg、47kg、52kg、57kg、63kg、69kg、76kg、84kg、84kg超級  
・男子9階級 = J53kg、59kg、66kg、74kg、83kg、93kg、105kg、120kg、120kg超
- 7 選手区分 一般・ジュニア・マスターズ・オープン (ノーギア・フルギア選択可)
- 8 参加資格 満 14 歳以上のアマチュア選手で、令和 7 年度 JPA 選手登録済みの選手であること。
- 9 競技規則 JPA (日本パワーリフティング協会) 競技規則による。
- 10 服 装 ①リフティングスーツ(ツリパン)および T シャツの着用を原則とする。  
②コスチュームチェックは検量時に行う。
- 11 競技方法 JPA ルールによるラウンド制で行う。
- 12 表 彰 高知県登録選手を対象として、各階級ノーギア・フルギアの部とも 1～3 位に賞状  
(1 位にはメダル等) を授与する。オープン参加の選手には記録認定証を発行する。
- 13 参 加 費 ① 一 般 ・マスターズ 5,000 円 (参加費は申込み締切日までに下記に振込を御願います。)  
④ ジュニア 3,000 円  
⑤ ベンチ・パワーのダブルエントリーは+3,000 円  
⑥ 高知県外選手 (オープン) 6,000 円
- 14 振込先 1. ゆうちょ銀行からの振込み  
●銀行名：ゆうちょ銀行 記号—1 6 4 9 0 番号—0 0 2 9 2 4 1 1  
●口 座 名：高知県パワーリフティング協会  
2. ゆうちょ銀行以外からの振り込み  
●店名：六四八 (ロクヨンハチ) 店番：6 4 8  
●預金種目：普通預金 口座番号：0 0 2 9 2 4 1
- 15 申込方法 出場申込書 (記録表) に必要事項を記入の上、下記宛に郵送のこと。  
**【送付先】〒781-8008 高知市潮新町 2 丁目 6-11 WCG 内**  
**高知県パワーリフティング協会事務局**
- 16 申込〆切 **2025 年 11 月 21 (金) 必着 ※レターパックを推奨します。**  
**選手エントリーを公式 L I N E もしくは公式インスタで掲載するので必ず確認してください。**
- 17 問合せ先 理事長 山本 英嗣 080-9815-9648  
なるべくメールでの問い合わせをお願いします。  
メール [kpalll@ymail.ne.jp](mailto:kpalll@ymail.ne.jp)
- 18 諸 注 意 ①電話・FAX での申込みは受け付けない。必ず郵送にて申し込むこと。  
②申込み締切日を過ぎてからの参加取りやめの場合、参加費は返却されない。  
③会場にゴミ箱はないので、ゴミは各自で持ち帰ること。
- 19 選手登録登録 **選手登録の申請をした方は、新に作成した高知県パワーリフティング協会公式 L I N E に必ずその旨をお知らせ下さい。(例) 4 月 1 日選手登録申請済 元気太郎**

**選手登録が出来ない場合はサポート致しますので事務局までご連絡ください。**



# 出場申込書・記録表

大会区分	<input type="checkbox"/> 第 41 回高知県パワーリフティング選手権大会 <input type="checkbox"/> 第 39 回高知県ベンチプレス選手権大会 <u>※口にレ点を必ず記入</u>
カテゴリー区分	<input type="checkbox"/> フルギア <input type="checkbox"/> ノーギア <u>※口にレ点を必ず記入</u>

**※大会及びカテゴリー区分の口にレ点を必ず記入のこと**

出場区分	階 級	検量体重	コスチュームチェック						
<input type="checkbox"/> 一 般 <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> マスターズ  <input type="checkbox"/> オープン <u>※口にレ点</u> <u>を必ず記入</u>	男子 ・ 女子    Kg 級	k g	スパッツ		Tシャツ		シューズ		
			ベルト		シング レット		リスト ラップ		
		検量担当	ニー スリーブ		ハイソックス		スーパー スーツ		
			ベンチ シャツ		ニーラップ		担当		

No.	氏 名 (ふりがな)	年 齢	選手登録 都道府県	所 属 (ふりがな)
	( )	生年月日 (西暦) 年 月 日 満 才		( )
選手 ID				

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

高知県パワーリフティング協会 御中

私は、第 41 回高知県パワーリフティング選手権大会・第 39 回高知県ベンチプレス選手権大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します。

2025 年 月 日 住所 〒

氏 名 \_\_\_\_\_ 印 (自署の場合は押印不要) 電話 \_\_\_\_\_