







氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					


氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					


氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					


氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					

氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					

氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					

氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					

氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					

氏名		男・女		kg級 Lot.	
申請種目ごと下記に☑を記入（シングルベンチプレス時は不要）					
<div>↓</div> <div><input type="checkbox"/> スクワット</div> <div><input type="checkbox"/> ベンチプレス</div> <div><input type="checkbox"/> デッドリフト</div>					
<div></div> <div>Japan Powerlifting Association JPA技術委員会 発行</div>					
※デッドリフト・シングルベンチプレス用					
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
第1 試技変更	第2 試技	第3 試技	3変更-①	3変更-②	
新記録挑戦 サイン					