大会プログラム

開催場所：栃木県芳賀町第二体育館
開催日：2026年10月18日(日)

8:00～	**役員受付** **選手受付** **検量** **コスチュームチェック**	A、B、C、Dグループ	
9:15～	**開会式**		
	競技開始	**A面**	**B面**
10:00～	**スクワット**	■Aグループ　13名	■Bグループ　14名
	ベンチプレス	■Cグループ　14名	■Dグループ　14名
	デッドリフト	※A⇔C、B⇔Dグループは、交互に各種目を実施する。 原則、インターバルの時間は取りません ※試技終了後、個人戦の表彰式を行います。	
12:30～	**選手受付** **検量** **コスチュームチェック**	E、F、G、Hグループ	
	競技開始	**A面**	**B面**
14:30～	**スクワット**	■Eグループ　14名	■Fグループ　14名
	ベンチプレス	■Gグループ　9名	■Hグループ　12名
	デッドリフト	※E⇔G、F⇔Gグループは、交互に各種目を実施する。 原則、インターバルの時間は取りません。 ※試技終了後、個人戦および団体戦の表彰式を行います。	

注）時間帯はあくまでも予定であり、当日の状況に応じ変動も予測されます。試技開始が早まることはありません。