

# 2024東日本フィットネス選手権大会 第1回千葉県ウエルネスフィットネス・オープン大会

## 進行表

選手受付	
9:00~ 9:30	選手受付 (前日受付以外のホビーフィットネスとピキニとウエルネス選手)
9:00~ 9:30	身長計測 (前日受付以外のホビーフィットネスとピキニとウエルネス選手)
9:30~ 10:00	楽屋にてJRFホーム、オールド、カテゴリー (ホビーフィットネスとピキニとウエルネスの全選手)



千葉県ボディビル・フィットネス連盟  
令和6年7月7日(日) 於 千葉市民会館

一般客受付	
10:00~	一般客受付開始

ステージ		バックステージ
8:30~ 10:00	舞台準備	
10:00~ 10:10		審査員控室にてジャッジズミーティング(審査員)

開会式			実行委員長、会長、最高顧問、顧問、市長スタンバイ
10:15~	開会宣言	大会実行委員長 渡邊 信義	選手は開会式に参加しません。
10:17~	国歌吹奏		
10:18~	大会会長挨拶	千葉県連盟会長 三須 和夫	
10:21~	最高顧問挨拶	千葉県連盟最高顧問 齋藤 健	
10:24~	顧問挨拶	千葉県連盟顧問 白井 正一	
10:27~	来賓祝辞	千葉市長 神谷 俊一	
10:30~	審査委員紹介		

### 千葉県オープン

ファイナルラウンド(ウエルネスフィットネス)		ウエルネス158cm以下級選手より順次スタンバイ(5分前)
10:35~	ウエルネス158cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1~3位順位付)
10:42~	ウエルネス163cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1~4位順位付)
10:50~	ウエルネス163cm超級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1~6位順位付)

### 東日本

ピックアップ(ピキニフィットネス)		35歳以上158cm以下級選手より順次スタンバイ(5分前)
11:00~	ピキニ 35才以上158cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (17名 → 6名)
11:12~	ピキニ 35才以上163cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (20名 → 6名)
11:24~	ピキニ 35才以上163cm超級	ラインナップ〜クォーターターン (11名 → 6名)
11:36~	ピキニフィットネス 158cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (15名 → 6名)
11:48~	ピキニフィットネス 163cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (20名 → 6名)
12:00~	ピキニフィットネス 163cm超級	ラインナップ〜クォーターターン (14名 → 6名)

### 千葉県オープン

表彰式(ウエルネスフィットネス)		式典委員・決勝進出選手順次スタンバイ
12:15~	ウエルネス158cm以下級	ラインナップ (1~3位表彰)
12:18~	ウエルネス163cm以下級	ラインナップ (1~4位表彰)
12:21~	ウエルネス163cm超級	ラインナップ (1~6位表彰)
12:25~	ウエルネス・オール・オール審査	ラインナップ〜クォーターターン (3名)
12:30~	ウエルネス・オール・オール	1位のみ表彰

### 東日本

ファイナルラウンド(ボディフィットネス)		158cm以下級選手スタンバイ(各カテゴリー共5分前)
12:35~	ボディフィットネス158cm以下級	T ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (9名順位付 → 6名)
12:45~	ボディフィットネス163cm以下級	T ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (9名順位付 → 6名)
12:55~	ボディフィットネス163cm超級	T ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (4名順位付 → 4名)

ファイナルラウンド(ピキニフィットネス)		35歳以上158cm以下級選手より順次スタンバイ(5分前)
13:05~	ピキニ 35才以上158cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1~6位順位付)
13:13~	ピキニ 35才以上163cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1~6位順位付)
13:21~	ピキニ 35才以上163cm超級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1~6位順位付)
13:29~	ピキニフィットネス 158cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1~6位順位付)
13:37~	ピキニフィットネス 163cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1~6位順位付)
13:45~	ピキニフィットネス 163cm超級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1~6位順位付)

表彰式(ボディフィットネス&ピキニフィットネス)		式典委員・決勝進出選手順次スタンバイ
13:55~	ボディフィットネス158cm以下級	ラインナップ (1~6位表彰)
13:58~	ボディフィットネス163cm以下級	ラインナップ (1~6位表彰)
14:01~	ボディフィットネス163cm超級	ラインナップ (1~4位表彰)
14:04~	ピキニ 35才以上158cm以下級	ラインナップ (1~6位表彰)
14:07~	ピキニ 35才以上163cm以下級	ラインナップ (1~6位表彰)
14:10~	ピキニ 35才以上163cm超級	ラインナップ (1~6位表彰)
14:13~	ピキニフィットネス 158cm以下級	ラインナップ (1~6位表彰)
14:16~	ピキニフィットネス 163cm以下級	ラインナップ (1~6位表彰)
14:19~	ピキニフィットネス 163cm超級	ラインナップ (1~6位表彰)
14:22~	ボディフィットネス・オール・オール審査	ラインナップ〜クォーターターン 3名
14:27~	ピキニフィットネス・オール・オール審査	ラインナップ〜クォーターターン 6名
14:32~	ボディフィットネス・オール・オール	1位のみ表彰
14:35~	ピキニフィットネス・オール・オール	1位のみ表彰

14:40~	休憩(30分間)
--------	----------

選手受付	
13:00～ 13:30	選手受付 (前日受付以外のフィットモデルとメンズフィジーク選手)
13:00～ 13:30	身長計測 (前日受付以外のフィットモデルとメンズフィジーク選手)
13:30～ 14:00	楽屋にてコスチューム、オイル、カラーチェック (フィットモデルとメンズフィジークの全選手)

**東日本**

ステージ		バックステージ	
ファイナル・ラウンド1 (フィットモデル) ワンピーススイムスーツ		158cm以下級選手スタンバイ (各カテゴリ共5分前)	

15:10～	フィットモデル	158cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)
15:18～	フィットモデル	163cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜5位順位付)
15:26～	フィットモデル	163cm超級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜4位順位付)

ピックアップ (メンズフィジーク)		50才以上級選手スタンバイ (各カテゴリ共5分前)	
-------------------	--	---------------------------	--

15:35～	メンズフィジーク	50才以上級	ラインナップ〜クォーターターン (14名 → 6名)
15:45～	メンズ	40才以上172cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (12名 → 6名)
15:55～	メンズ	40才以上172cm超級	ラインナップ〜クォーターターン (17名 → 6名)
16:10～	メンズフィジーク	168cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (27名 → 6名)
16:25～	メンズフィジーク	172cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (23名 → 6名)
16:40～	メンズフィジーク	176cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (19名 → 6名)
16:55～	メンズフィジーク	180cm以下級	ラインナップ〜クォーターターン (21名 → 6名)
17:10～	メンズフィジーク	180cm超級	ラインナップ〜クォーターターン (18名 → 6名)

**17:30～ ゲストポーズ 【喜納穂高】**

ファイナル・ラウンド2 (フィットモデル) イブニングドレス		158cm以下級選手スタンバイ (各カテゴリ共5分前)	
--------------------------------	--	-----------------------------	--

17:45～	フィットモデル	158cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1〜6位順位付)
17:53～	フィットモデル	163cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1〜5位順位付)
18:01～	フィットモデル	163cm超級	I ウォーク〜クォーターターン〜3ステップフォワード〜ラインナップ (1〜4位順位付)

ファイナル ラウンド (メンズフィジーク)		50才以上級選手スタンバイ (各カテゴリ共5分前)	
-----------------------	--	---------------------------	--

18:10～	メンズフィジーク	50才以上級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)
18:20～	メンズ	40才以上172cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)
18:30～	メンズ	40才以上172cm超級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)
18:40～	メンズフィジーク	168cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)
18:50～	メンズフィジーク	172cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)
19:00～	メンズフィジーク	176cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)
19:10～	メンズフィジーク	180cm以下級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)
19:20～	メンズフィジーク	180cm超級	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ (1〜6位順位付)

表彰式 (フィットモデル) イブニングドレス		式典委員・決勝進出選手順次スタンバイ	
------------------------	--	--------------------	--

19:30～	フィットモデル	158cm以下級	ラインナップ (1〜6位表彰)
19:33～	フィットモデル	163cm以下級	ラインナップ (1〜5位表彰)
19:36～	フィットモデル	163cm超級	ラインナップ (1〜4位表彰)

表彰式 (メンズフィジーク)		式典委員・決勝進出選手順次スタンバイ	
----------------	--	--------------------	--

19:40～	メンズフィジーク	50才以上級	ラインナップ (1〜6位表彰)
19:43～	メンズ	40才以上172cm以下級	ラインナップ (1〜6位表彰)
19:46～	メンズ	40才以上172cm超級	ラインナップ (1〜6位表彰)
19:49～	メンズフィジーク	168cm以下級	ラインナップ (1〜6位表彰)
19:52～	メンズフィジーク	172cm以下級	ラインナップ (1〜6位表彰)
19:55～	メンズフィジーク	176cm以下級	ラインナップ (1〜6位表彰)
19:58～	メンズフィジーク	180cm以下級	ラインナップ (1〜6位表彰)
20:01～	メンズフィジーク	180cm超級	ラインナップ (1〜6位表彰)
20:05～	フィットモデル・オブ・オール審査	ラインナップ〜クォーターターン	3名
20:10～	メンズフィジーク・オブ・オール審査	ラインナップ〜クォーターターン	8名
20:15～	フィットモデル・オブ・オール	1位のみ表彰	
20:18～	メンズフィジーク・オブ・オール	1位のみ表彰	

閉会式		大会実行副委員長スタンバイ	
20:20～	閉会宣言	大会実行副委員長	田吹美智代

- ※選手の皆様、記載されている時刻は全て予定です。前後する事がありますので、各自出場クラスに合わせて進行状況を確認しながら準備して下さい。
- ※選手の皆様、バンブ用備品(ダンベル不可)はご自身のものをご利用ください。
- ※ご観戦頂きます皆様、大会中の声援はマスク着用をお願いします。
- ※ご観戦頂きます皆様、ホール内の食事は禁止となっておりますので、ご注意ください。(飲み物はOKです)
- ※表彰式で選手へのプレゼント、花束等は進行時間の都合によりご遠慮下さい。宜しくお願い致します。