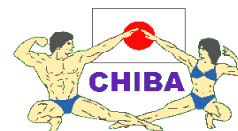


2024千葉県ボディビル選手権大会 千葉県フィットネス・オープン大会

〈進 行 表〉

選手受付	
9:00～	選手受付 & 計測
9:30	(前日受付以外のフィットネス選手)
9:30～	楽屋にてコスチューム、オイル、カラーチェック
10:00	(フィットネスの全選手)



千葉県ボディビル・フィットネス連盟
令和6年9月1日(日) 於 千葉市民会館大ホール

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		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			

フィットネス(予選)

ビギナースフィットネス			60才以上級選手スタンバイ(各カテゴリ共5分前)
10:35～	ビギナース 60才以上級	予選(3名順位付)	ラインナップ〜クォーターターン
10:40～	ビギナース 50才以上級	予選(5名順位付)	ラインナップ〜クォーターターン
10:47～	ビギナース 158cm以下級	予選(10名順位付 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
10:55～	ビギナース 163cm以下級	予選(10名順位付 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
11:03～	ビギナース 163cm超級	予選(3名順位付)	ラインナップ〜クォーターターン

メンズフィジーク(年齢別)			ジュニア選手スタンバイ(各カテゴリ共5分前)
11:08～	メンズフィジーク ジュニア	予選(10名順位付 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
11:18～	メンズフィジーク 50才以上	ピクアップ(16名 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
11:30～	メンズフィジーク 40才以上	ピクアップ(14名 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン

ビキニフィットネス			158cm以下級選手スタンバイ(各カテゴリ共5分前)
11:40～	ビキニフィットネス 158cm以下級	予選(8名順位付 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
11:48～	ビキニフィットネス 163cm以下級	予選(9名順位付 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
11:56～	ビキニフィットネス 163cm超級	予選(5名順位付)	ラインナップ〜クォーターターン

メンズフィジーク(身長別)			168cm以下級選手スタンバイ(各カテゴリ共5分前)
12:03～	メンズフィジーク 168cm以下級	ピクアップ(21名 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
12:15～	メンズフィジーク 172cm以下級	ピクアップ(20名 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
12:27～	メンズフィジーク 176cm以下級	ピクアップ(16名 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
12:39～	メンズフィジーク 180cm以下級	ピクアップ(19名 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン
12:51～	メンズフィジーク 180cm超級	ピクアップ(13名 → 6名)	ラインナップ〜クォーターターン

フィットモデル・ラウンド 1(ワンピース)			158cm以下級選手スタンバイ(各カテゴリ共5分前)
13:05～	フィットモデル 158cm以下級	(順位付 2名)	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ
13:10～	フィットモデル 163cm以下級	(順位付 3名)	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ
13:15～	フィットモデル 163cm超級	(順位付 3名)	I ウォーク〜クォーターターン〜ラインナップ

13:20～	休憩(30分)		
--------	---------	--	--

フィットネス (決勝)

ビギナースフィットネス		60才以上級選手スタンバイ (各カテゴリ共5分前に)	
13:50~	ビギナース 60才以上級	(順位付 3名)	ラインナップ~規定3ポーズ
13:55~	ビギナース 50才以上級	(順位付 5名)	ラインナップ~規定3ポーズ
14:01~	ビギナース 158cm以下級	(順位付 6名)	ラインナップ~規定3ポーズ
14:07~	ビギナース 163cm以下級	(順位付 6名)	ラインナップ~規定3ポーズ
14:13~	ビギナース 163cm超級	(順位付 3名)	ラインナップ~規定3ポーズ

メンズフィジーク年齢別		ジュニア選手スタンバイ (各カテゴリ共5分前に)	
14:18~	メンズフィジーク 高校生の部	(順位付 2名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ
14:21~	メンズフィジーク ジュニア	(順位付 6名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ
14:29~	メンズフィジーク 50才以上	(順位付 6名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ
14:37~	メンズフィジーク 40才以上	(順位付 6名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ

ビキニフィットネス		158cm以下級選手スタンバイ (各カテゴリ共5分前に)	
14:45~	ビキニフィットネス 158cm以下級	(順位付 6名)	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
14:53~	ビキニフィットネス 163cm以下級	(順位付 6名)	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
15:00~	ビキニフィットネス 163cm超級	(順位付 5名)	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

メンズフィジーク 身長別		168cm以下級選手スタンバイ (各カテゴリ共5分前に)	
15:07~	メンズフィジーク 168cm以下級	(順位付 6名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ
15:15~	メンズフィジーク 172cm以下級	(順位付 6名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ
15:23~	メンズフィジーク 176cm以下級	(順位付 6名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ
15:31~	メンズフィジーク 180cm以下級	(順位付 6名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ
15:39~	メンズフィジーク 180cm超級	(順位付 6名)	I ウォーク~クォーターターン~ラインナップ

フィットモデル・ラウンド 2 (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分前に)	
15:47~	フィットモデル 158cm以下級	(順位付 2名)	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
15:50~	フィットモデル 163cm以下級	(順位付 3名)	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
15:55~	フィットモデル 163cm超級	(順位付 3名)	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

フィットネス (表彰式)

ビギナースフィットネス・表彰式		式典委員・決勝進出選手順次スタンバイ	
16:00~	ビギナース 60才以上級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	3名
16:03~	ビギナース 50才以上級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	5名
16:06~	ビギナース 158cm以下級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	6名
16:09~	ビギナース 163cm以下級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	6名
16:12~	ビギナース 163cm超級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	3名

メンズフィジーク 年齢別 表彰式		式典委員・決勝進出選手順次スタンバイ	
16:15~	メンズフィジーク 高校生の部	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	2名
16:18~	メンズフィジーク ジュニア	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	6名
16:21~	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~順位発表)	6名
16:24~	メンズフィジーク 40才以上級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	6名

ビキニフィットネス 表彰式		式典委員・決勝進出選手順次スタンバイ	
16:27~	ビキニフィットネス 158cm以下級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	6名
16:30~	ビキニフィットネス 163cm以下級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	6名
16:33~	ビキニフィットネス 163cm超級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	5名

メンズフィジーク 身長別 表彰式		式典委員・決勝進出選手順次スタンバイ	
16:36~	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~順位発表)	6名
16:39~	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~順位発表)	6名
16:42~	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~順位発表)	6名
16:45~	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~順位発表)	6名
16:48~	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~順位発表)	6名

フィットモデル 表彰式 (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	
16:51~	フィットモデル 158cm以下級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	2名
16:54~	フィットモデル 163cm以下級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	3名
16:57~	フィットモデル 163cm超級	(ラインナップ~クォーターターン~順位発表)	3名

17:00~	休憩 (10分)		
--------	----------	--	--

選手受付	
15:00～	選手受付 & 計量
15:30	(前日受付以外のボディビル選手)
15:30～	楽屋にてコスチューム、オイル、カラーチェック
16:00	(ボディビルの全選手)

ボディビル (予選)

ステージ	バックステージ
------	---------

予選審査		ジュニア選手スタンバイ (各カテゴリー共5分前)
17:10～	ジュニア	クォーターターン～規定7ホーズ (6名順位付→4名)
17:18～	新人	クォーターターン～規定7ホーズ (14名順位付→6名)
17:30～	60才以上級	クォーターターン～規定7ホーズ (4名順位付→4名)
17:36～	50才以上級	クォーターターン～規定7ホーズ (8名順位付→4名)
17:46～	40才以上級	クォーターターン～規定7ホーズ (5名順位付→4名)
17:54～	60kg以下級	クォーターターン～規定7ホーズ (7名順位付→4名)
18:04～	65kg以下級	クォーターターン～規定7ホーズ (8名順位付→4名)
18:14～	70kg以下級	クォーターターン～規定7ホーズ (9名順位付→5名)
18:24～	75kg以下級	クォーターターン～規定7ホーズ (4名順位付→4名)
18:30～	75kg超級	クォーターターン～規定7ホーズ (2名順位付→2名)

18:45～	ゲストポーズ (椎名拓也)
--------	---------------

ボディビル (決勝)

決勝審査		ジュニア選手スタンバイ (各カテゴリー共5分前)
19:00～	ジュニア	リホーズ～ラインナップ (1～4位順位付)
19:07	新人	リホーズ～ラインナップ (1～6位順位付)
19:17～	60才以上級	リホーズ～ラインナップ (1～4位順位付)
19:24～	50才以上級	リホーズ～ラインナップ (1～4位順位付)
19:31～	40才以上級	リホーズ～ラインナップ (1～4位順位付)
19:38～	60kg以下級	リホーズ～ラインナップ (1～4位順位付)
19:45～	65kg以下級	リホーズ～ラインナップ (1～4位順位付)
19:52～	70kg以下級	リホーズ～ラインナップ (1～5位順位付)
20:00～	75kg以下級	リホーズ～ラインナップ (1～4位順位付)
20:07～	75kg超級	リホーズ～ラインナップ (1～2位順位付)

ボディビル (表彰式)

表彰式		決勝進出選手順次スタンバイ
20:20～	ジュニア	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (4名)
20:23～	新人	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (6名)
20:26～	60才以上級	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (4名)
20:29～	50才以上級	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (4名)
20:32～	40才以上級	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (4名)
20:35～	60kg以下級	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (4名)
20:38～	65kg以下級	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (4名)
20:41～	70kg以下級	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (5名)
20:44～	75kg以下級	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (4名)
20:47～	75kg超級	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表 (2名)

オーバーオール審査		体重別各クラス優勝者5名スタンバイ
20:55～	千葉県男子 (一般男子クラス別優勝者)	比較審査 (順位付5名) クォーターターン～規定7ホーズ

オーバーオール表彰式		式典委員スタンバイ
21:00～	千葉県男子	優勝者のみ表彰

閉会式		大会実行副委員長スタンバイ
21:05～	閉会宣言	大会実行副委員長

※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、パンク用備品(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、ホール内で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。宜しく願い致します。