



2024 FUKUI FITNESS 進行表

《2024年7月21日（日） 鯖江市文化センター》



9:00 役員 理事 スタッフ集合

第 1 部		1部選手受付10:00～（10:30締め切り）
11:00	開場	
11:20	開会宣言～主催者挨拶 天井康博 理事長	審査員・審査集計委員紹介
11:30	クラシックフィジーク 予選（9名順位付け）	ラインナップ～バキュームポーズ～ クォーターターン～規定7ポーズ～比較審査
11:40	福井県メンズフィジーク ラウンド1（11名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
11:55	福井県ビキニフィットネス 決勝（1名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～ クォーターターン～スリーステップフォワード
11:58	マスキュラーフィジーク 決勝（1名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
12:01	ボディフィットネス 決勝（1名順位付け）	Tウォーク～ラインナップ～クォーターターン
12:04	クラシックフィジーク 決勝1（6名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～ 規定7ポーズ～60秒ポーズダウン
12:14	福井県メンズフィジーク 決勝（6名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
12:19	ウェルネス 決勝（6名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～ クォーターターン～スリーステップフォワード
12:24	クラシックフィジーク 決勝2（6名順位付け）	1分間のフリーポーズ～ラインナップ
12:35	休憩（表彰式準備）	
12:50	表彰式（ラインナップ～クォーターターン～順位発表～写真撮影）	
	①福井県メンズフィジーク（1～6位） ②福井県ビキニフィットネス（1位） ③マスキュラーフィジーク（1位）	
	④ボディフィットネス（1位） ⑤ウェルネス（1～6位） ⑥クラシックフィジーク（1～6位）	

第 2 部		2部選手受付14:00～（14:30締め切り）
15:00	男子ボディビル 予選（12名順位付け）	クォーターターン～規定7ポーズ
15:15	メンズフィジーク 40才以上級 ラウンド1（11名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
15:30	メンズフィジーク 50才以上級 ラウンド1（7名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
15:40	メンズフィジーク 168cm以下級 ラウンド1（9名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
15:50	メンズフィジーク 172cm以下級 ラウンド1（13名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
16:05	メンズフィジーク 176cm以下級 ラウンド1（8名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
16:15	メンズフィジーク 180cm以下級 ラウンド1（11名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
16:30	ビギナーズフィットネス ラウンド1（1名順位付け）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
16:33	休憩	
16:40	ビキニフィットネス 決勝（2名）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～スリーステップフォワード
16:45	男子ボディビル 決勝（12名順位付け）	1分間のフリーポーズ～ラインナップ
17:00	メンズフィジーク 40才以上級 決勝（6名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
17:05	メンズフィジーク 50才以上級 決勝（6名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
17:10	メンズフィジーク 168cm以下級 決勝（6名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
17:15	メンズフィジーク 172cm以下級 決勝（6名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
17:20	メンズフィジーク 176cm以下級 決勝（6名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
17:25	メンズフィジーク 180cm以下級 決勝（6名順位付け）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
17:30	メンズフィジーク 180cm超級 決勝（2名）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン
17:35	ビギナーズフィットネス 決勝（1名順位付け）	ラインナップ～規定3ポーズ
17:40	休憩	

ゲストポーズ	
17:50	杉中一輝選手 ゲストポーズ
18:00	木澤大輔選手 ゲストポーズ
18:15	休憩（表彰式準備）
18:25	表彰式（ラインナップ～クォーターターン～順位発表～写真撮影）
	①メンズフィジーク各クラス（1～6位）40歳以上級 50才以上級 168cm以下級 172cm以下級 176cm以下級 180cm以下級 180cm超級 メンズフィジークオーバーオール ②ビキニフィットネス（1～2位） ③ビギナーズフィットネス（1位）
	④男子ボディビル（1～12位） ⑤メンズフィジークオーバーオール審査発表
19:15	閉会宣言 天井康博 理事長

進行表の時間はあくまで目安です。

進行上時間が前後する事もありますので、選手の方はいつでも出場できるよう準備をお願いします。