



◆ 2023年 進行表 ◆
石川県ボディビル・フィットネス選手権大会
石川県フィットネスオープン大会

2023年 7月 16日 (日) 金沢市 / 石川県文教会館

石川県ボディビル・フィットネス連盟 作成

8:45 役員スタッフ集合

9:15	～9:35 1部選手受付		カラーとコスチュームチェック 選手ミーティング 楽屋内でコスチューム着用 セッケンを付けて待機
	ウェア・オイル・カラーチェック		
9:40	ジャッジズミーティング 2階審査員控室		
10:00	開場		
10:25	5分前アナウンス		

10:30	開会宣言	石川県ボディビル・フィットネス連盟 副理事長 北野明美
-------	------	-----------------------------

	開会式	開会式 開始5分前に選手の招集整列完了
	来賓挨拶	
	主催者挨拶	石川県ボディビル・フィットネス連盟 理事長 小中秀俊
	審査委員長、審査員、審査集計員紹介	

	第1部	
	予選審査	各カテゴリ-10分前に招集完了～選手の点呼確認 セッケン確認整列
10:40	石川県メンズフィジーク予選審査	クォーターターン～比較審査 (9名⇒6名)
10:50	石川県女子フィジーク 予選審査	ラインアップ・クォーターターン～規程4ポーズ (1名)
10:53	石川県ボディビル一般の部 新人の部 予選審査	ラインアップ・クォーターターン～規程7ポーズ～比較審査 (1位～11位順位付け) ※新人4名でも規定7ポーズを行う
	決勝審査	
11:08	石川県ビキニフィットネス (5名) 決勝審査	Iウォーク～クォーターターン～スリステップ フォワード
11:23	石川県メンズフィジーク (6名) 決勝審査	Iウォーク クォーターターン ラインナップ
11:33	石川県女子フィジーク (1名) 決勝審査	1分間フリーポーズ～ラインナップ
11:35	石川県ボディビル (11名) 決勝審査	1分間フリーポーズ～ラインナップ ※新人の部4名も同時審査
	表彰式	
11:50	石川県ビキニフィットネス (5名)	ラインナップ 表彰 写真撮影
11:55	石川県メンズフィジーク (6名)	ラインナップ 表彰 写真撮影
12:00	石川県女子フィジーク (1名)	ポーズダウン 表彰 写真撮影
	ボディビル新人の部 (4名)	ポーズダウン 表彰 写真撮影
12:03	石川県ボディビル (11名)	ポーズダウン 表彰 写真撮影
12:13	優勝者全員による写真撮影 石川県選手権閉会	

	休憩	当日計量 12:00～12:20
--	----	------------------

12:55	5分前アナウンス 審査員、集計委員着席	
13:00	開会宣言 (司会者より)	

	第2部	
	ピックアップ審査	各カテゴリ-10分前に招集完了～選手の点呼確認 セッケン確認整列
13:00	メンズフィジーク 168cm以下級 (17人)	クォーターターン～ピックアップ審査
13:15	メンズフィジーク 172cm以下級 (16人)	クォーターターン～ピックアップ審査
	予選審査	
13:30	クラシックフィジーク 予選審査	クォーターターン～比較審査 (9名⇒6名)
13:45	メンズフィジーク 168cm以下級	クォーターターン～比較審査 12名⇒6名
13:55	メンズフィジーク 172cm以下級	クォーターターン～比較審査 12名⇒6名
14:05	メンズフィジーク 176cm以下級	クォーターターン～比較審査 13名⇒6名
14:15	メンズフィジーク 180cm以下級	クォーターターン～比較審査 11名⇒6名
14:25	メンズフィジーク40歳以上50歳未満級	クォーターターン～比較審査 9名⇒6名
14:35	メンズフィジーク50歳以上級	クォーターターン～比較審査 14名⇒6名

休憩10分

決勝審査			
14:45	フィットモデル 決勝ラウンド1 ワンピーススィムスーツ	Iウォーク〜クォーターターン〜スリーステップフォワード	4名順位付け
14:53	クラシックフィジーク 決勝ラウンド1	パキ〜ホム〜ス〜クォーターターン〜規定フ〜ス〜60秒ホ〜ス〜タウ	6名順位付け
15:03	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	6名順位付け
15:11	メンズフィジーク 172m以下級	Iウォーク〜クォーターターン ラインナップ	6名順位付け
15:19	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	6名順位付け
15:27	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	6名順位付け
15:35	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	2名順位付け
15:43	メンズフィジーク40歳以上50歳未満級	Iウォーク〜クォーターターン ラインナップ	6名順位付け
15:51	メンズフィジーク50歳以上級	Iウォーク〜クォーターターン ラインナップ	6名順位付け
15:59	マスキュラーフィジーク	Iウォーク〜クォーターターン ラインナップ	2名順位付け
16:07	ビキニフィットネス 40歳未満	Iウォーク〜クォーターターン〜スリーステップフォワード	3名順位付け
16:15	ビキニフィットネス 40歳以上	Iウォーク〜クォーターターン〜スリーステップフォワード	2名順位付け
16:23	ボディフィットネス	Tウォーク クォーターターン	2名順位付け
16:28	フィットモデル 決勝ラウンド2 イブニングドレス	Iウォーク〜クォーターターン〜スリーステップフォワード	4名順位付け
16:36	クラシックフィジーク 決勝ラウンド2 6名	フリーポーズ60秒→ラインナップ	
16:46	休憩10分		
17:00	ゲストポーズ 須山選手	ゲストポーズ後インタビュー有(15分)	
表彰式			
17:15	ビキニフィットネス 40歳未満	ラインナップ 表彰	3名
17:18	ビキニフィットネス 40歳以上	ラインナップ 表彰	2名
17:21	ビキニフィットネスオーバーオール審査	ラインナップ クォーターターン	2名
17:30	メンズフィジーク 168cm以下級	ラインナップ 表彰	6名
17:35	メンズフィジーク 172m以下級	ラインナップ 表彰	6名
17:40	メンズフィジーク 176cm以下級	ラインナップ 表彰	6名
17:45	メンズフィジーク 180cm以下級	ラインナップ 表彰	6名
17:50	メンズフィジーク 180cm超級	ラインナップ 表彰	6名
17:55	メンズフィジーク40歳以上50歳未満級	ラインナップ 表彰	6名
18:00	メンズフィジーク50歳以上級	ラインナップ 表彰	6名
18:05	フィットモデル	ラインナップ 表彰	4名
18:09	マスキュラーフィジーク	ラインナップ 表彰	2名
18:11	メンズフィジークオーバーオール審査(比較)	ラインナップ クォーターターン	7名
18:18	ボディフィットネス	ラインナップ 表彰	2名
18:21	クラシックフィジーク	ラインナップ 表彰	6名
18:26	ビキニフィットネスオーバーオール表彰	舞台袖から優勝のみコール	
18:29	メンズフィジークオーバーオール表彰	舞台袖から優勝のみコール	
18:32	カテゴリー優勝者写真撮影		

18:37 閉会宣言

終了予定18:37