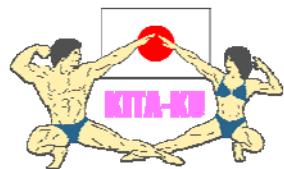


2017年進行表

第9回 北区オープンボディビル・フィットネス選手権大会

平成29年11月5日(日) 北区/赤羽会館 講堂

作成：公益社団法人 日本ボディビル・フィットネス連盟 競技運営委員会



選手受付 / ミーティング				
時間	ステージ		バックステージ	その他
09:30~	選手受付~手荷物検査	当日券販売開始 09:50~		
	身長測定~オイル・カラーチェック	選手受付終了 10:10迄 (選手は遅れずに受付を済ませる事)		
10:15~	ジャッジズ・ミーティング		会館開場(客入れ)10:15~	

10:28~	開 会 宣 言 大会実行委員長 近藤 一隆			
--------	-----------------------	--	--	--

ピックアップ				
時間	ステージ		バックステージ	その他
10:30~	メンズフィジーク40	(14名⇒6名) ラインナップ~クォーターターン		ドン上げ
10:44~	ニューカマーボディビル	(15名⇒6名) フロントリラックス~規定4ポーズ		
11:00~	フィットネスビキニ	(13名⇒6名) ラインナップ~クォーターターン		
11:14~	メンズフィジーク172cm以下級	(34名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン		
11:40~	メンズフィジーク172cm超級	(15名⇒6名) ラインナップ~クォーターターン		
11:55~	男子ボディビル170cm以下級	(20名⇒10名) フロントリラックス~規定4ポーズ		
12:10~	男子ボディビル170cm超級	(13名⇒6名) フロントリラックス~規定4ポーズ		

選手は10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列

プレジャッジ				
時間	ステージ		バックステージ	その他
12:22~	男子ボディビル マスターズ55	予選審査(1~8位順位付) クォーターターン~規定7ポーズ		
12:36~	男子ボディビル マスターズ45	予選審査(1~11位順位付) クォーターターン~規定7ポーズ		
12:46~	男子ニューカマーボディビル	予選審査(1~6位順位付) クォーターターン~規定7ポーズ		
12:58~	女子フィジーク	予選審査(1~7位順位付) クォーターターン~規定4ポーズ		
13:10~	男子ボディビル170cm以下級	予選審査(1~10位順位付) クォーターターン~規定7ポーズ		
13:25~	男子ボディビル170cm超級	予選審査(1~6位順位付) クォーターターン~規定7ポーズ		

選手は10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列

13:37~	第5回 マッスル・アスロン Individual match!! 競技開始 (1.プッシュアップ 2.反復横跳び 3.アブ・ローラー)			昼食
	第5回 マッスル・アスロン Individual match!! 表彰式~競技終了			ドン下げ

開 会 式				
時間	ステージ		バックステージ	その他
14:30~	全 選 手 入 場	(板付き)	会長 来賓スタンバイ	ドン上げ
14:32~	国旗・連盟旗掲揚(国歌吹奏)			
14:35~	主 催 者 会 長 挨 拶		北区ボディビル・フィットネス連盟会長 奥 寺 元	
14:38~	来 賓 挨 拶		公益社団法人日本ボディビル・フィットネス連盟会長 藤原 達也	
14:41~	来 賓 挨 拶		衆議院議員 太田 昭宏 様	審査員スタンバイ
14:44~	選 手 宣 誓		白石 進 選手(赤羽TC) 緒方 はづき 選手(日本体育大学)	
14:46~	選 手 退 場		ゲストスタンバイ	ドン下げ
14:48~	審 査 員 紹 介		(板付き)	ドン上げ
14:50~	ゲ ス ト 紹 介		2000年 アジア ボディビルチャンピオン 2016年 日本クラス別選手権大会75kg級優勝 谷野義弘 2016年 アジア ボディビル・フィットネス選手権 女子フィジーク163cm級 優勝 大澤 直子 2015年 All Japan メンズフィットネス選手権優勝 清水 紘二郎 2016年 All Japan メンズフィットネス選手権優勝 高田 徹	

ファイナル		各カテゴリー10分前に招集完了～点呼確認 ゼッケン確認 整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
14:55～	男子ボディビル マスターズ55	決勝審査(6名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ	
15:04～	男子ボディビル マスターズ45	決勝審査(6名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ	
15:13～	ニューカマーボディビル	決勝審査(6名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ	
15:22～	北区メンズフィジーク	決勝ラウンド(6名) Lウォーキング～クォーターターン～ラインナップ	
15:32～	メンズフィジーク40歳以上級	決勝ラウンド(6名) Lウォーキング～クォーターターン～ラインナップ	
15:42～	フィットネスビキニ	決勝ラウンド(6名) Lウォーキング～クォーターターン～3ステップフォワード～ラインナップ	
15:56～	メンズフィジーク172cm以下級	決勝ラウンド(12名) Lウォーキング～クォーターターン～ラインナップ	
16:10～	メンズフィジーク172cm超級	決勝ラウンド(6名) Lウォーキング～クォーターターン～ラインナップ	
16:20～	ウイメンズフィジーク	決勝審査(4名) クォーターターン～規定4ポーズ～1分間ポーズダウン～30秒フリーポーズ	
16:32～	男子ボディビル170cm以下級	決勝審査(10名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ	
16:47～	男子ボディビル170cm超級	決勝審査(6名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ	ドン下げ

16:56～	休憩		
--------	----	--	--

ゲストポーズ			
時間	ステージ	バックステージ	その他
17:00～	ゲストポーズ 2015年 All Japan選手権 メンズフィットネス優勝 清水 紘二郎		ドン上げ
17:03～	ゲストポーズ 2016年 All Japan選手権 メンズフィットネス優勝 高田 巖		
17:06～	ゲストポーズ スペシャルゲスト予定 只今交渉中!		
17:10～	ゲストポーズ 2016年 アジア選手権 女子フィジーク163cm級 優勝 大澤 直子		
17:14～	ゲストポーズ 2000年 アジア ボディビルチャンピオン 2016年 日本クラス別選手権75kg級優勝 谷野義弘		ドン下げ

17:18～	休憩	表彰式準備 表彰台設置	
--------	----	-------------	--

ポーズダウン 表彰式		各カテゴリー5分前に招集完了～点呼確認 ゼッケン確認 整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
17:25～	男子ボディビル マスターズ55	ポーズダウン 順位発表～表彰(1位～6位)	ドン上げ
17:28～	男子ボディビル マスターズ45	ポーズダウン 順位発表～表彰(1位～6位)	
17:31～	ニューカマーボディビル	ポーズダウン 順位発表～表彰(1位～6位)	
17:34～	北区メンズフィジーク	ラインナップ～クォーターターン 順位発表～表彰(1位～5位)	
17:37～	フィットネスビキニ	ラインナップ～クォーターターン 順位発表～表彰(1位～6位)	
17:40～	メンズフィジーク40歳以上級	ラインナップ～クォーターターン 順位発表～表彰(1位～6位)	
17:43～	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～表彰(1位～12位)	
17:46～	メンズフィジーク172cm超級	ラインナップ～クォーターターン 順位発表～表彰(1位～6位)	
17:49～	ウイメンズフィジーク	ポーズダウン 順位発表～表彰(1位～4位)	
17:52～	男子ボディビル170cm以下級	ポーズダウン 順位発表～表彰(1位～10位)	
17:55～	男子ボディビル170cm超級	ポーズダウン 順位発表～表彰(1位～6位)	
17:58～	閉会宣言 大会実行副委員長 市原 恵江		
18:00～	舞台 場内後片付け		ドン下げ

19:00～	レセプション・パーティー	会場＝金の蔵 赤羽駅前店 18:45～受付	
--------	--------------	-----------------------	--

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後する事がありますので、選手は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をお願いします。

※レセプションパーティー会場

「金の蔵 赤羽駅前店」北区赤羽 1-14-1 スクエアビル 4階(赤羽駅 東口徒歩 1分 マクドナルドのビル 4階)

受付＝18:45～ 開始＝19:00～

出場選手は選手受付の時に申込み可 観客皆様はチケット購入の際に申込み可 先着70名様(大会役員を含む)

いずれも申込み時にレセプションパーティー参加費¥1000をお支払頂きます。

なお、申込み後、ご本人のご都合でレセプションパーティーにご参加頂けなくなった場合、参加費の返却は出来ませんのでご了承下さい。