

◆ 2019 進行表 ◆



KITA-KU
BODYBUILDING & FITNESS
FEDERATION

第11回 北区オープン ボディビル・フィットネス大会

令和 元年 11月4日 (月・祝) 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
08:45~	選手受付~手荷物検査	当日券販売開始 09:10~	
	※全日本学生メンズフィジーク・北区メンズフィジーク・ウイメンズボディフィットネス出場選手受付は13:00~13:40になります。		
	身長測定~オイル・カラーチェック	選手受付終了 9:30迄 (選手は遅れずに受付を済ませる事)	
09:45~	ジャッジズ・ミーティング	会館開場 (客入れ) 09:30~	

09:58~	開会宣言 大会実行委員長 近藤 一隆		2
--------	--------------------	--	---

ピックアップ			
時間	ステージ	バックステージ	その他
選手は10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列			
10:00~	OPEN 男子ボディビル ニューカマー	ピックアップ (22名⇒11名) ラインナップ~クォーターターン	20 ドン上げ
10:20~	OPEN メンズフィジーク40歳以上級	ピックアップ (17名⇒9名) フロントリラックス~規定4ポーズ	15
10:35~	OPEN メンズフィジーク172cm以下級	ピックアップ (50名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン	25
11:00~	OPEN メンズフィジーク172cm超級	ピックアップ (42名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン	25
11:25~	OPEN ピキニフィットネス	ピックアップ (19名⇒10名) ラインナップ~クォーターターン	15
11:40~	OPEN 男子ボディビル170cm以下級	ピックアップ (17名⇒9名) フロントリラックス~規定4ポーズ	15
11:55~	OPEN 男子ボディビル170cm超級	ピックアップ (27名⇒12名) フロントリラックス~規定4ポーズ	20

プレジャッジ			
時間	ステージ	バックステージ	その他
選手は10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列			
12:15~	OPEN 男子ボディビル ニューカマー	予選審査 (1~11位順位付け) クォーターターン~規定7ポーズ	15
12:30~	OPEN 男子ボディビル マスターズ50歳以上級	予選審査 (1~15位順位付け) クォーターターン~規定7ポーズ	20
12:50~	OPEN ウイメンズフィジーク	予選審査 (1~6位順位付け) クォーターターン~規定4ポーズ	15
13:05~	OPEN 男子ボディビル170cm以下級	予選審査 (1~9位順位付け) クォーターターン~規定7ポーズ	18
13:23~	OPEN 男子ボディビル170cm超級	予選審査 (1~12位順位付け) クォーターターン~規定7ポーズ	22 ドン下げ

13:45~	休憩 (昼食 35分)		35
--------	-------------	--	----

開会式			
時間	ステージ	バックステージ	その他
選手は10分前に招集~カテゴリー別に整列			
14:20~	全選手入場 (板付き)	会長 来賓スタンバイ	1 ドン上げ
14:21~	国旗・連盟旗掲揚 (国歌吹奏)		2
14:23~	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		3
14:26~	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		3
14:29~	来賓挨拶 衆議院議員 高木 啓 様		3
14:32~	来賓挨拶 衆議院議員 太田 昭宏 様	審査委員スタンバイ	3
14:35~	選手宣誓		2
14:37~	選手退場	ゲストスタンバイ	1 ドン下げ
14:38~	審査員紹介(板付き)		2
14:40~	ゲスト紹介		3 ドン上げ
2018/2019年 アジア 女子フィジークチャンピオン 2019年日本クラス別選手権大会163cm以下級優勝 澤田めぐみ 2019年 All Japan ピキニフィットネス選手権大会35歳未満163cm級優勝 JBBF FITNESS JAPAN GRAND CHAMPIONSHIPS 2位 ダンシー・あずさ 2018年 東京ボディビル選手権大会 ジュニア優勝 2019年 日本ジュニアボディビル選手権大会 第8位 谷野大地			

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。

ファイナル（決勝審査）		各カテゴリ-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
14:43～	全日本学生メンズフィジーク	決勝ラウンド（14名） Lウォーキング～クォーターターン～ラインナップ	20
15:03～	OPEN 男子ボディビル ニュウカマー	決勝審査（11名） 1分間フリーポーズ～ラインナップ	15
15:18～	OPEN 男子ボディビル マスターズ50以上級	決勝審査（8名） 1分間フリーポーズ～ラインナップ	10
15:28～	北区 メンズフィジーク	決勝ラウンド（8名） Lウォーキング～クォーターターン～ラインナップ	18
15:46～	OPEN ウィメンズ ボディフィットネス	決勝ラウンド（9名） Lウォーキング～クォーターターン～ラインナップ	20
16:06～	OPEN メンズフィジーク40歳以上級	決勝ラウンド（9名） Lウォーキング～クォーターターン～ラインナップ	15
16:21～	OPEN ウィメンズ フィジーク	決勝審査（6名） 1分間フリーポーズ～ラインナップ	10
16:31～	OPEN 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	18
16:49～	OPEN メンズフィジーク172cm超級	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	18
17:07～	OPEN ピキニフィットネス	決勝ラウンド（10名） Lウォーキング～クォーターターン～3ステップフワード～ラインナップ	18
17:25～	OPEN 男子ボディビル170cm以下級	決勝審査（9名） 1分間フリーポーズ～ラインナップ	10
17:35～	OPEN 男子ボディビル170cm超級	決勝審査（12名） 1分間フリーポーズ～ラインナップ	15

17:50～	休憩（5分）		5
--------	--------	--	---

17:55～	2018年 東京ボディビル選手権大会 ジュニア優勝 2019年 日本ジュニアボディビル選手権大会 第8位 谷野大地	5
18:00～	2019年 All Japan ピキニフィットネス選手権大会35歳未満163cm級優勝 JBBF FITNESS JAPAN GRAND CHAMPIONSHIPS 2位 ダンシー・あずさ	5
18:05～	2018/2019年 アジア 女子フィジークチャンピオン 2019年日本クラス別選手権大会163cm以下級優勝 澤田めぐみ	5

18:10～	休憩（5分）	表彰式準備 表彰台設置	5
--------	--------	-------------	---

ポーズダウン～表彰式		各カテゴリ-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
18:15～	全日本学生メンズフィジーク	ラインナップ～クォーターターン 順位発表～表彰（1位～6位）	5
18:20～	OPEN 男子ボディビル ニュウカマー	ポーズダウン 順位発表～表彰（1位～11位）	5
18:25～	OPEN 男子ボディビル マスターズ50以上級	ポーズダウン 順位発表～表彰（1位～8位）	5
18:30～	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～8位）	5
18:35～	OPEN ウィメンズ ボディフィットネス	ラインナップ～クォーターターン 順位発表～表彰（1位～6位）	5
18:40～	OPEN 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～9位）	5
18:45～	OPEN ウィメンズ フィジーク	ポーズダウン 順位発表～表彰（1位～6位）	5
18:50～	OPEN 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）	5
18:55～	OPEN 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～12位）	5
19:00～	OPEN ピキニフィットネス	ラインナップ～クォーターターン 順位発表～表彰（1位～10位）	5
19:05～	OPEN 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～9位）	5
19:10～	OPEN 男子ボディビル170cm超級	ポーズダウン 順位発表～表彰（1位～12位）	5

19:15～	閉会宣言 大会実行副委員長 市原 恵江	2	ドン下げ
19:18～	舞台 場内後片付け		

559

20:30～	レセプション・パーティー	会場 = やきとりセンター 赤羽東口駅前店 20:00～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

「やきとりセンター 赤羽東口駅前店」 〒115-0045 北区赤羽 1-26-6 丸澤ビル3階 ☎：03-5249-4100

受付 = 20:00～ 開始 = 20:30～ 終了 = 22:30

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 80名様（大会役員を含む）

定員になり次第終了 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。