第56回大阪男子ボディビル選手権大会
第39回大阪女子フィジーク選手権大会
第18回関西ボディフィットネス選手権大会
第6回関西ビキニフィットネス選手権大会
第2回関西フィットモデル選手権大会

2022.08.21　エルおおさか

8:00　大会実行委員集合

8:45　審査員集合

9:00～9:30　男子ボディビル、女子フィジーク選手受付→控室にてコスチュームチェック・カラーチェック

9:00～ジャッジミーティング→競技説明

10:00	開会宣言		
	審査員紹介		
	優勝カップ返還		
10:15	男子ボディビル	ピックアップ(20名→12名)	規定４ポーズ～比較
10:35	女子フィジーク	予選審査・2名順位付け	クォーターターン～規定4ポーズ
	男子ボディビル	予選審査・12名順位付け	クォーターターン～規定７ポーズ～比較
11:10	女子フィジーク	決勝審査・2名順位付け	フリーポーズ60秒 ～ ラインアップ
	男子ボディビル	決勝審査・12名順位付け	フリーポーズ60秒 ～ ラインアップ
11:40	表　彰　式（女子フィジーク・男子ボディビル）～記念撮影		12:00終了予定

11:00～11:30　女子フィットネス選手受付　　→控室にて、計量　　→コスチュームチェック・カラーチェック

12:50	開会宣言		
	大会会長挨拶	河啓一（大阪ボディビル・フィットネス連盟会長）	
	来賓挨拶		
	審査員紹介		
13:10	ビキニフィットネス45歳以上	予選審査　8名順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較
	フィットモデル	予選審査　7名順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較 （イブニングドレス）
	ビキニフィットネス163cm以下級	予選審査　7名順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較
	ビキニフィットネス163cm超級	予選審査　8名順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較
13:50	フィットモデル	決勝ラウンド１　6名順位付け	Iウォーク～クォーターターン～比較 （ワンピーススイムスーツ）
14:00	ビキニフィットネス40歳以上	決勝審査　3名順位付け	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
	ビキニフィットネス45歳以上	決勝審査　6名順位付け	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
14:20	ボディフィットネス158cm以下	決勝審査　2名順位付け	Tウォーク～クォーターターン
	ボディフィットネス163cm以下	決勝審査　4名順位付け	Tウォーク～クォーターターン～比較
	ボディフィットネス163cm超	決勝審査　1名順位付け	Tウォーク～クォーターターン
14:40	フィットモデル	決勝ラウンド2　6名順位付け	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　（イブニングドレス）
14:50	ビキニフィットネス158cm以下級	決勝審査　5名順位付け	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
	ビキニフィットネス163cm以下級	決勝審査　6名順位付け	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
	ビキニフィットネス163cm超級	決勝審査　6名順位付け	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
15:15	休憩		
15:20	表 彰 式（フィットモデル、ビキニフィットネス、ボディフィットネス）～記念撮影 ビキニフィットネス、ボディフィットネス　オーバーオール審査（クォーターターン） ～1位のみ発表～表彰～記念撮影		

16:00	閉会宣言