



# 第19回 東京オープンボディビル選手権大会 プログラム

平成23年5月8日(日) 北とぴあ

東京ボディビル連盟

開 会 式			
9:45～	選手受付・オイル及びアルコールチェック・検量		
10:20～	ジャッジズミーティング(ジャッジ席)		
10:30～	開 会 宣 言	東京ボディビル連盟	白井 オサム 理事長
	出 場 選 手 入 場		
	国 旗 掲 揚		
	会 長 挨 拶	東京ボディビル連盟	石原 伸晃 会長
	来 賓 祝 辞	社団法人 日本ボディビル連盟	玉 利 齊 会長
	選 手 宣 誓	ゴールドジム・イースト東京 所属 BODY ZONE 所属	田 中 久 美 佐々木 幸太
	選 手 退 場		
	審 査 員 紹 介	(板付き)	
審 査 員 退 場	～審査員席へ		

予 選 審 査	
10:45～	ミスビギナー ①ビキニラウンド ②比較審査(1位～6位順位付け)
10:57～	ミス ①フリーポーズ(2名1組) ②比較審査(1位～2位順位付け)
11:02～	マスターズ60才級 ①フリーポーズ(5名1組) ②比較審査(1位～5位順位付け)
11:11～	マスターズ50才級 ①フリーポーズ(4名1組) ②比較審査(1位～4位順位付け)
11:19～	マスターズ40才級 ①ピックアップ審査(13名→7名)
11:34～	マスターズ40才級 ②フリーポーズ(5・4・4名 3組) ③比較審査(1位～7位順位付け)
11:51～	ミスター60kg級 ①ピックアップ審査(15名→8名)
12:06～	ミスター60kg級 ②フリーポーズ(5・5・5名 3組) ③比較審査(1位～8位順位付け)
12:24～	《 審 査 員 交 替 》
12:27～	ミスター65kg級 ①ピックアップ審査(16名→8名)
12:42～	ミスター65kg級 ②フリーポーズ(6・5・5名 3組) ③比較審査(1位～8位順位付け)
13:00～	ミスター70kg級 ①ピックアップ審査(16名→8名)
13:15～	ミスター70kg級 ②フリーポーズ(6・5・5名 3組) ③比較審査(1位～8位順位付け)
13:33～	ミスター75kg級 ①ピックアップ審査(10名→5名)
13:43～	ミスター75kg級 ②フリーポーズ(5・5名 2組) ③比較審査(1位～5位順位付け)
13:54～	ミスター75kg超級 ①ピックアップ審査(8名→4名)
13:59～	ミスター75kg超級 ②フリーポーズ(4・4名 2組) ③比較審査(1位～4位順位付け)

## 昼 休 み

決 勝 審 査	
14:45～	ミスビギナー ホーシングラウンド(1～6位順位付け)
14:57～	ミス 各自1分のフリーポーズ(2名)
15:02～	マスターズ60才級 各自1分のフリーポーズ(5名)
15:12～	マスターズ50才級 各自1分のフリーポーズ(4名)
15:20～	マスターズ40才級 各自1分のフリーポーズ(7名)
15:33～	ミスター60kg級 各自1分のフリーポーズ(8名)
15:45～	《 審 査 員 交 替 》
15:50～	ミスター65kg級 各自1分のフリーポーズ(8名)
16:04～	ミスター70kg級 各自1分のフリーポーズ(8名)
16:18～	ミスター75kg級 各自1分のフリーポーズ(5名)
16:28～	ミスター75kg超級 各自1分のフリーポーズ(4名)

ゲストポーズ		
16:36～	2010年 ミス東京優勝 2010年 ミスター東京優勝	高原 佐知子 高 梨 圭 祐
抽選会(ドン前)～休憩5分		

ポーズダウン・表彰式		
16:51～	ミスビギナー	
17:01～	マスターズ60才級	
17:06～	マスターズ50才級	
17:11～	マスターズ40才級	
17:21～	ミス	
17:26～	ミスター60kg級	
17:36～	ミスター65kg級	
17:46～	ミスター70kg級	
17:56～	ミスター75kg級	
18:06～	ミスター75kg超級	
18:14～	閉 会 宣 言	大会実行副委員長 石 崎 光 子 司会/角 田 和 弘・江 口 由 利 子

記載されている時刻は全て予定です。進行上前後することがありますので、選手は各自の出場クラスに合わせ進行状況を確認しながら準備して下さい。

～ ピックアップの流れ ～

- ①全員で入場(プラットフォーム上) ⇒ ②全員で規定4ポーズ ⇒ ③後ろに扇形に整列(中央を空ける) ⇒  
④比較 ⇒ ⑤最後に全員プラットフォームで4ポーズ ⇒ ⑥退場

～ 比較審査の流れ ～

- ①1名ずつ入場(プラットフォーム上) ⇒ ②全員で規定7ポーズ ⇒ ③後ろに扇形に整列(中央を空ける) ⇒  
④比較 ⇒ ⑤最後に全員プラットフォームで7ポーズ ⇒ ⑥自然体4ポーズ

～ 決勝審査の流れ ～

- ①1名ずつ全員入場 ⇒ ②最も若い番号の選手を残して他は退場 ⇒ ③最後の選手終了後全選手入場 ⇒  
④1分間のフローポーズ ⇒ ⑤全員で規定～自然体4ポーズ