



2013 第21回 東京オープンボディビル選手権大会 プログラム

平成25年5月3日(金・祝) 北とぴあ

東京ボディビル・フィットネス連盟

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・フィットネス連盟 辻 本 俊 子 理事長
	出 場 選 手 入 場
	国 旗 掲 揚
	会 長 挨 拶 東京ボディビル・フィットネス連盟 石 原 伸 晃 名誉会長
	来 賓 祝 辞 (公社)日本ボディビル・フィットネス連盟 玉 利 齊 会長
	選 手 宣 誓 トレーニングセンターサンプルイ所属 小野寺 義人 選手 ゴールドジムイースト東京所属 松 井 陽 子 選手
	選 手 退 場
審 査 員 紹 介 (審査員席)	

予 選 審 査	
10:45～	ミスビギナー ①自然体ラウンド ②比較審査(1位～8位順位付)
10:55～	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)
11:01～	マスターズ60才級 ①フリーポーズ(6名1組) ②比較審査(1位～6位順位付)
11:14～	マスターズ50才級 ①フリーポーズ(8名1組) ②比較審査(1位～8位順位付)
11:28～	ミスター60kg級 ①ピックアップ審査(19名→10名) ②フリーポーズ(7/6/6名 3組)
11:50～	マスターズ40才級 ①フリーポーズ(5/4名 2組) ②比較審査(1位～9位順位付)
12:05～	ミスター60kg級 ③比較審査(1位～10位順位付)
12:19～	《 審 査 員 交 代 》
12:24～	ミスター65kg級 ①ピックアップ審査(20名→10名) ②フリーポーズ(7/7/6名 3組)
12:46～	ミスター70kg級 ①ピックアップ審査(19名→10名) ②フリーポーズ(7/6/6名 3組)
13:08～	ミスター65kg級 ③比較審査(1位～10位順位付)
13:22～	ミスター70kg級 ③比較審査(1位～10位順位付)
13:36～	ミスター75kg級 ①フリーポーズ(6/6名 2組) ②比較審査(1位～12位順位付)
13:55～	ミスター75kg超級 ①フリーポーズ(5/6名 2組) ②比較審査(1位～11位順位付)
14:14～	《 全 プ レ ジ ャ ッ ジ 終 了 》

休 憩

決 勝 審 査	
15:00～	ミスビギナー ポージングラウンド (1位～8位順位付)
15:10～	ミス 各自1分のフリーポーズ(2名) (1位～2位順位付)
15:15～	マスターズ60才級 各自1分のフリーポーズ(6名) (1位～6位順位付)
15:26～	マスターズ50才級 各自1分のフリーポーズ(4名) (1位～4位順位付)
15:34～	マスターズ40才級 各自1分のフリーポーズ(5名) (1位～5位順位付)
15:44～	ミスター60kg級 各自1分のフリーポーズ(10名) (1位～10位順位付)
16:01～	《 審 査 員 交 代 》
16:06～	ミスター65kg級 各自1分のフリーポーズ(10名) (1位～10位順位付)
16:23～	ミスター70kg級 各自1分のフリーポーズ(10名) (1位～10位順位付)
16:40～	ミスター75kg級 各自1分のフリーポーズ(6名) (1位～6位順位付)
16:51～	ミスター75kg超級 各自1分のフリーポーズ(6名) (1位～6位順位付)
17:02～	ゲストポーズ 2012年 ミス東京優勝 田 中 久 美 選手 2012年 ミスター東京優勝 佐 藤 貴 規 選手

ポーズダウン・表彰式		
17:17～	ミスビギナー	
17:22～	マスターズ60才級	
17:27～	マスターズ50才級	
17:32～	マスターズ40才級	
17:37～	ミス	
17:42～	ミスター60kg級	
17:47～	ミスター65kg級	
17:52～	ミスター70kg級	
17:57～	ミスター75kg級	
18:02～	ミスター75kg超級	
18:07～	終了～閉会宣言	大会実行副委員長 石崎光子 副理事長 ※75kg超級の選手を表彰台に残して閉会宣言を行いながらドン下げ

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(プラットホーム上) ⇒ 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ホームで4ポーズ ⇒ ⑥退場

～ 予選フリーポーズ ～

- ①5～8名で入場(プラットホーム上) ⇒ ②主催者の曲でフリーポーズ

～ 比較審査の流れ ～

- ①1名ずつ入場(プラットホーム上) ⇒ 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ホームで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 ⇒ ③1分間のフローポーズ ⇒
④最後の選手終了後全選手入場 ⇒ ⑤全員で規定～自然体4ポーズ