

# 第32回 東京ノービス選手権大会 進行表

《2024年5月3日開催》

\*1部選手集合時間:9:00

《開会式》				
10:00		0:10	開会宣言 国旗掲揚 会長挨拶 来賓祝辞 審査員紹介	東京ボディビル・フィットネス連盟 理事長 辻本俊子  東京ボディビル・フィットネス連盟 会長 石原伸晃 (公社)日本ボディビル・フィットネス連盟 会長 青田正順
第 1 部				
《プレジャッジ》				
10:10	10:10	0:07	マスターズ50歳以上級	ピックアップ審査(16名⇒12名)
	10:17	0:07	マスターズ40歳以上級	ピックアップ審査(17名⇒12名)
	10:24	0:05	マスターズ60歳以上級	予選審査(1位～8位順位付)
	10:29	0:10	マスターズ50歳以上級	予選審査(1位～12位順位付)
	10:39	0:10	マスターズ40歳以上級	予選審査(1位～12位順位付)
	10:49	0:10	女子ビギナーズフィットネス	ラウンド1(1位～13位順位付)
	10:59	0:10	クラシックフィジーク175cm級	予選審査(1位～9位順位付)
	11:09	0:10	クラシックフィジーク175cm超級	予選審査(1位～14位順位付)
	11:19	0:08	女子ビギナー	自然体ラウンド審査(1位～10位順位付)
	11:27	0:08	女子フィジーク	予選審査(1位～8位順位付)
《ファイナル》				
11:35	11:35	0:08	クラシックフィジーク168cm以下級	クォーターターン・規程7ポーズ・比較審査・ポーズダウン(1位～6位順位付)
	11:43	0:05	クラシックフィジーク171cm以下級	クォーターターン・規程7ポーズ・比較審査・ポーズダウン(1位～2位順位付)
	11:48	0:08	クラシックフィジーク175cm以下級	クォーターターン・規程7ポーズ・比較審査・ポーズダウン(1位～6位順位付)
	11:56	0:08	クラシックフィジーク175cm超級	クォーターターン・規程7ポーズ・比較審査・ポーズダウン(1位～6位順位付)
	12:04	0:08	女子ビギナーズフィットネス	ラウンド2(1位～13位順位付)
	12:12	0:12	マスターズ60歳以上級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	12:24	0:12	マスターズ50歳以上級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	12:36	0:12	マスターズ40歳以上級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	12:48	0:08	女子ビギナー	ポージングラウンド審査(10名)
	12:56	0:12	女子フィジーク	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	13:08	0:12	クラシックフィジーク168cm以下級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	13:20	0:04	クラシックフィジーク171cm以下級	各自1分間のフリーポーズ(2名)
	13:24	0:12	クラシックフィジーク175cm以下級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	13:36	0:12	クラシックフィジーク175cm超級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
《ゲストポーズ》				
13:48		0:15	阿部ロイ選手(23年度ミスター東京・23年東京クラス別75kg超級優勝) 荻島順子選手(23年度ミスー東京・23年日本女子フィジーク優勝・23年世界女子フィジーク3位)	
《表彰式》				
14:03		0:45	女子ビギナーズフィットネス 女子ビギナー 女子フィジーク マスターズ60歳以上級 マスターズ50歳以上級 マスターズ40歳以上級 クラシックフィジーク168cm以下級 クラシックフィジーク171cm以下級 クラシックフィジーク175cm以下級 クラシックフィジーク175cm超級	1位～13位表彰 1位～6位表彰 1位～6位表彰 1位～6位表彰 1位～6位表彰 1位～6位表彰 1位～6位表彰 1位～4位表彰 1位～5位表彰 1位～6位表彰
14:48			第1部終了(14:39予定)	

\*2部選手集合時間:14:00

第 2 部				
15:20	15:20	0:15	ミスター55kg以下級	ピックアップ審査(19名⇒12名)
	15:35	0:15	ミスター60kg以下級	ピックアップ審査(20名⇒12名)
	15:50	0:15	ミスター65kg以下級	ピックアップ審査(35名⇒12名)
	16:05	0:15	ミスター70kg以下級	ピックアップ審査(29名⇒12名)
	16:20	0:15	ミスター75kg以下級	ピックアップ審査(26名⇒12名)
	16:35	0:15	ミスター75kg超級	ピックアップ審査(19名⇒12名)
	16:50	16:50	0:08	ミスター55kg以下級
16:58		0:08	ミスター60kg以下級	予選審査(1位～12位順位付)
17:06		0:08	ミスター65kg以下級	予選審査(1位～12位順位付)
17:14		0:08	ミスター70kg以下級	予選審査(1位～12位順位付)
17:22		0:08	ミスター75kg以下級	予選審査(1位～12位順位付)
17:30		0:08	ミスター75kg超級	予選審査(1位～12位順位付)
《ファイナル》				
17:38	17:38	0:12	ミスター55kg以下級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	17:50	0:12	ミスター60kg以下級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	18:02	0:12	ミスター65kg以下級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	18:14	0:12	ミスター70kg以下級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	18:26	0:12	ミスター75kg以下級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
	18:38	0:12	ミスター75kg超級	各自1分間のフリーポーズ(6名)
《表彰式》				
18:50		0:30	ミスター55kg以下級	1～6位表彰
			ミスター60kg以下級	1～6位表彰
			ミスター65kg以下級	1～6位表彰
			ミスター70kg以下級	1～6位表彰
			ミスター75kg以下級	1～6位表彰
			ミスター75kg超級	1～6位表彰
《閉会宣言》>				
19:20		0:01	大会副実行委員長	

\* 記載されている時間は予定です。進行上前後する場合があります。選手は常に進行を確認してください。