

第60回 東京選手権大会 進行表

«2025年7月21日開催／会場：かつしかシンフォニーヒルズ»

【8:00～】役員集合

【8:30～】会場設営

【9:00～】第1部選手受付/カラー・オイル・コスチュームチェック

«開会式»

9:40 10:00	10	ジャッジミーティング 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 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
---------------	----	---	--

第 1 部

«ピックアップ»

10:10	10	メンズフィジーク40歳以上級	ピックアップ審査 (25名⇒12名)
	10	ビキニフィットネス35歳超級	ピックアップ審査 (26名⇒12名)
	10	メンズフィジーク168cm以下級	ピックアップ審査 (28名⇒12名)
	20	メンズフィジーク172cm以下級	ピックアップ審査 (48名⇒12名)
	15	メンズフィジーク176cm以下級	ピックアップ審査 (32名⇒12名)
	15	メンズフィジーク176cm超級	ピックアップ審査 (33名⇒12名)

«ラウンド1・プレジャッジ（予選審査）»

11:30	10	メンズフィジーク40歳以上級	1位～12位順位付 ラインナップ～クオーターダン
	10	ビキニフィットネス35歳超級	1位～12位順位付 ラインナップ～クオーターダン
	10	ビキニフィットネス35歳以下級	1位～15位順位付 ラインナップ～クオーターダン
	10	メンズフィジーク168cm以下級	1位～12位順位付 ラインナップ～クオーターダン
	10	メンズフィジーク172cm以下級	1位～12位順位付 ラインナップ～クオーターダン
	10	メンズフィジーク176cm以下級	1位～12位順位付 ラインナップ～クオーターダン
	10	メンズフィジーク176cm超級	1位～12位順位付 ラインナップ～クオーターダン

«ラウンド2・ファイナル（決勝審査）»

12:40	5	フィットモデル158cm以下級【ラウンド1】	【スイムスーツ】Vウォーク～クオーターダン・ラインナップ（順位付け1～4位）
	7	フィットモデル163cm以下級【ラウンド1】	【スイムスーツ】Vウォーク～クオーターダン・ラインナップ（順位付け1～7位）
	5	フィットモデル163cm超級【ラウンド1】	【スイムスーツ】Vウォーク～クオーターダン・ラインナップ（順位付け1～3位）
	8	メンズフィジーク40歳以上級	Iウォーク～クオーターダン・ラインナップ（順位付け1～6位）
	8	ビキニフィットネス35歳超級	Iウォーク～クオーターダン～スリーステップフォワード（順位付け1～6位）
	8	ビキニフィットネス35歳以下級	Iウォーク～クオーターダン～スリーステップフォワード（順位付け1～7位）
	8	メンズフィジーク168cm以下級	Iウォーク～クオーターダン・ラインナップ（順位付け1～6位）
	8	メンズフィジーク172cm以下級	Iウォーク～クオーターダン・ラインナップ（順位付け1～6位）
	8	メンズフィジーク176cm以下級	Iウォーク～クオーターダン・ラインナップ（順位付け1～6位）
	8	メンズフィジーク176cm超級	Iウォーク～クオーターダン・ラインナップ（順位付け1～6位）
	5	フィットモデル158cm以下級【ラウンド2】	【イブニングドレス】Vウォーク～クオーターダン～スリーステップフォワード（順位付け1～4位）
	7	フィットモデル163cm以下級【ラウンド2】	【イブニングドレス】Vウォーク～クオーターダン～スリーステップフォワード（順位付け1～7位）
	5	フィットモデル163cm超級【ラウンド2】	【イブニングドレス】Vウォーク～クオーターダン～スリーステップフォワード（順位付け1～3位）

《表彰式》

14:10	40	メンズフィジーク40歳以上級	1位～6位表彰
		ビキニフィットネス35歳超級	1位～6位表彰
		ビキニフィットネス35歳以下級	1位～6位表彰
		フィットモデル158cm以下級	1位～4位表彰
		フィットモデル163cm以下級	1位～6位表彰
		フィットモデル163cm超級	1位～3位表彰
		メンズフィジーク168cm以下級	1位～6位表彰
		メンズフィジーク172cm以下級	1位～6位表彰
		メンズフィジーク176cm以下級	1位～6位表彰
		メンズフィジーク176cm超級	1位～6位表彰
14:50	40	第1部終了(昼休憩 40分)	

第60回 東京選手権大会 進行表

«2025年7月21日開催／会場：かつしかシンフォニーヒルズ»

【13:00～ 第2部選手受付/カラー・オイルチェック】

第 2 部

《ピックアップ》

15:30	25	男子ボディビル 《第1次》	ピックアップ審査 (56名⇒20名)
	15	女子フィジーク	ピックアップ審査 (24名⇒12名)
	15	男子ボディビル 《第2次》	ピックアップ審査 (20名⇒12名)

《プレジャッジ》

16:25	10	ボディフィットネス158cm以下級	予選審査 (1位～9位順位付)
	10	ボディフィットネス158cm超級	予選審査 (1位～12位順位付)
	15	ジュニアボディビル	予選審査 (1位～13位順位付)
	10	女子フィジーク	予選審査 (1位～12位順位付)
	15	男子ボディビル	予選審査 (1位～12位順位付)

《ファイナル》

17:25	10	ボディフィットネス158cm以下級	Tウォーク～クオーターダンス (順位付け1～6位)
	10	ボディフィットネス158cm超級	Tウォーク～クオーターダンス (順位付け1～6位)
	20	ジュニアボディビル	各自1分間のフリーポーズ (12名)
	20	女子フィジーク	各自1分間のフリーポーズ (12名)
	20	男子ボディビル	各自1分間のフリーポーズ (12名)

《表彰式》

18:45	30	ボディフィットネス158cm以下級	1～6位表彰
		ボディフィットネス158cm超級	1～6位表彰
		ジュニアボディビル	1～12位表彰
		女子フィジーク	1～12位表彰
		男子ボディビル	1～12位表彰

《閉会宣言》

* 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。