

■タイムテーブル

開始時刻	所要時間	進行	階級	ラウンド	人数	審査
09:15	60	開場 選手・観客受付	選手は受付後、控室で随時オイル・コスチュームチェック・計測			
10:15	30	選手受付終了 ジャッジズミーティング	ジャッジズミーティング開始後の選手受付は遅延連絡があっても失格となります			
10:45	-	競技開始				
10:45	20	メンズフィジーク	172cm 以下級	ピックアップ	28名	クォーターターン → ピックアップ審査
11:05	20	メンズフィジーク	172cm 超級	ピックアップ	26名	クォーターターン → ピックアップ審査
11:25	15	男子ボディビル	一般	ピックアップ	18名	規定4ポーズ → ピックアップ審査
11:40	15	ビキニフィットネス	オーバーオール	予選	12名	クォーターターン → 比較審査
11:55	10	メンズフィジーク	172cm 以下級	予選	12名	クォーターターン → 比較審査
12:05	10	メンズフィジーク	172cm 超級	予選	12名	クォーターターン → 比較審査
12:15	5	女子フィジーク	オーバーオール	予選	1名	クォーターターン → 規定4ポーズ
12:20	10	男子ボディビル	新人	予選	6名	クォーターターン → 規定7ポーズ → 比較審査
12:20	10	男子ボディビル	マスターズ	予選	1名	クォーターターン → 規定7ポーズ → 比較審査
12:30	20	男子ボディビル	一般	予選	12名	クォーターターン → 規定7ポーズ → 比較審査
12:50	40	昼休憩	進行状況により時間調整			
13:30	10	開会式	選手の参加は不要です			
13:40	15	ビキニフィットネス	オーバーオール	決勝	6名	1ウォーク → クォーターターン (3ステップフォワード)
13:55	15	メンズフィジーク	172cm 以下級	決勝	6名	1ウォーク → クォーターターン
14:10	15	メンズフィジーク	172cm 超級	決勝	6名	1ウォーク → クォーターターン
14:25	5	女子フィジーク	オーバーオール	決勝	1名	ラインナップ → フリーポーズ
14:30	15	男子ボディビル	新人	決勝	6名	ラインナップ → フリーポーズ → ラインナップ
14:30	15	男子ボディビル	マスターズ	決勝	1名	ラインナップ → フリーポーズ → ラインナップ
14:45	25	男子ボディビル	一般	決勝	12名	ラインナップ → フリーポーズ → ラインナップ
15:10	15	小休憩	進行状況により時間調整			
15:25	10	ビキニフィットネス	オーバーオール	表彰	6名	順位発表
15:35	10	メンズフィジーク	172cm 以下級	表彰	6名	順位発表
15:45	10	メンズフィジーク	172cm 超級	表彰	6名	順位発表
15:55	5	女子フィジーク	オーバーオール	表彰	1名	ポーズダウン → 順位発表
16:00	10	男子ボディビル	新人	表彰	6名	ポーズダウン → 順位発表
16:10	5	男子ボディビル	マスターズ	表彰	1名	ポーズダウン → 順位発表
16:15	10	男子ボディビル	一般	表彰	12名	ポーズダウン → 順位発表
16:25	10	メンズフィジーク	オーバーオール	決勝 表彰	2名	クォーターターン → 順位発表
16:35	-	閉会				

※開始時刻と所要時間は目安です。進行状況により大きく前後する場合がございますので、予めご了承ください。