



第28回 東京クラス別ボディビル選手権大会

進行表

平成26年7月21日(月) かつしかシンフォニーヒルズ

東京ボディビル・フィットネス連盟

9:30～	選手受付・オイル及びアルコールチェック・計量(女子46kg級より順次)	
10:15～	ジャッジズミーティング (役員控室)	10:20 全選手召集

開 会 式		
10:30～		10:25 選手板付け
	開 会 宣 言 (大会実行委員長・ドン前)	
	国 旗 掲 揚	
	名 誉 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	フジ・トレーニングセンター 所属 井上博紀 選手 ゴールドジム イースト東京 所属 澤田めぐみ 選手
	選 手 退 場	
	審 査 員 紹 介 (審査員席)	

予 選 審 査		
10:50～	ボディフィットネス-160cm級	黒ビキニ(1位～9位順位付)
11:05～	ボディフィットネス+160cm級	黒ビキニ(1位～4位順位付)
11:15～	女子46kg級	フリーポーズ(5名 1組)
11:18～	女子46kg級	比較審査(1位～5位順位付)
11:24～	女子46kg超級	フリーポーズ(4名 1組)
11:27～	女子46kg超級	比較審査(1位～4位順位付)
11:32～	男子60kg級	ピックアップ審査(28名⇒12名)
11:52～	男子60kg級	フリーポーズ(7/7/7/7名 4組)
12:00～	ボディフィットネス-160cm級	ワンピース(1位～9位順位付)
12:15～	ボディフィットネス+160cm級	ワンピース(1位～4位順位付)
12:25～	男子60kg級	比較審査(1位～12位順位付)
12:40～	《 審 査 員 交 替 》	
12:43～	男子65kg級	ピックアップ審査(27名⇒12名)
13:03～	男子65kg級	フリーポーズ(7/7/7/6 4組)
13:11～	男子70kg級	ピックアップ審査(28名⇒12名)
13:31～	男子70kg級	フリーポーズ(7/7/7/7 4組)
13:39～	男子75kg級	ピックアップ審査(22名⇒11名)
13:56～	男子75kg級	フリーポーズ(8/7/7 3組)
14:03～	男子75kg超級	ピックアップ審査(14名⇒7名)
14:13～	男子75kg超級	フリーポーズ(7/7 2組)
14:18～	男子65kg級	比較審査(1位～12位順位付)
14:33～	男子70kg級	比較審査(1位～12位順位付)
14:48～	男子75kg級	比較審査(1位～11位順位付)
15:03～	男子75kg超級	比較審査(1位～7位順位付)
15:13～	予選審査終了	

☆ 休 憩 ☆

決 勝 審 査		
15:45～	ボディフィットネス-160cm級	ビキニ(1位～9位順位付)
16:00～	ボディフィットネス+160cm級	ビキニ(1位～4位順位付)
16:10～	女子46kg級	各1分のフリーポーズ(3名)
16:17～	女子46kg超級	各1分のフリーポーズ(3名)
16:24～	男子60kg級	各1分のフリーポーズ(12名)
16:44～	《 審 査 員 交 替 》	
16:47～	男子65kg級	各1分のフリーポーズ(12名)
17:07～	男子70kg級	各1分のフリーポーズ(12名)
17:27～	男子75kg級	各1分のフリーポーズ(11名)
17:47～	男子75kg超級	各1分のフリーポーズ(7名)
18:00～	ゲストポーズ	大澤直子選手(2013日本選手権3位) 17:50 ゲストスタンバイ 加藤直之選手(2012ジャパンオープン優勝) (ゲストには30分前から通知)
		表彰台設置

ポーズダウン・表彰式		
18:30～	ボディフィットネス-160cm級	表彰(1位～6位)
18:35～	ボディフィットネス+160cm級	表彰(1位～4位)
18:40～	女子46kg級	表彰(1位～3位)
18:45～	女子46kg超級	表彰(1位～3位)
18:50～	男子60kg級	表彰(1位～12位)
18:55～	男子65kg級	表彰(1位～12位)
19:00～	男子70kg級	表彰(1位～12位)
19:05～	男子75kg級	表彰(1位～11位)
19:10～	男子75kg超級	表彰(1位～7位) 選手を表彰台に残して閉会宣言～ドン下げ
19:15～	終了～閉会宣言	(司会者) 19:00 舞台、場内後片付け

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。

1階級ごとにピックアップ～フリーポーズ～比較審査を通して行う

～ 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

～ 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

～ 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 ⇒ ④全員で規定～自然体4ポーズ