



# 第32回 東京クラス別ボディビル選手権大会

## 進行表

平成30年7月29日(日) 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

9:15～	選手受付・記念Tシャツ渡し・身長・体重測定(ボディフィットネスから順次)	
9:45～	ジャッジズミーティング (役員控室)	10:10 全選手召集

開 会 式		
10:15～	選手板付け	
10:20～	開 会 宣 言	(大会実行委員長・ドン前) 宮 畑 豊 大会実行委員長
	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 藤 原 達 也 会長
	選 手 宣 誓	
	選 手 退 場	
	審 査 員 紹 介	(審査員席) *55kg級は裏でアップ

予 選 審 査			
10:40～	男子55kg以下級	フリーポーズ(11名 1組)	～ 女子フィジークの流れ ～
10:43～	"	ピックアップ審査(11名⇒6名)	
10:53～	男子60kg以下級	フリーポーズ(8/7/7名 3組)	①クォータータン ②規定4ポーズ ③比較審査
11:00～	"	ピックアップ審査(22名⇒11名)	
11:16～	女子フィジーク158cm以下級	比較審査(1位～4位順位付)	～ 予選フリーポーズの流れ ～
11:20～	女子フィジーク158cm超級	比較審査(1位～10位順位付)	
11:30～	男子55kg以下級	比較審査(1位～6位順位付)	①5～9名で入場 ②主催者の曲でのフリーポーズ
11:40～	男子60kg以下級	比較審査(1位～11位順位付)	
11:55～	《 審 査 員 交 代 》		
12:00～	男子65kg以下級	フリーポーズ(9/9/9/8名 4組)	～ ピックアップの流れ ～
12:08～	"	ピックアップ審査(35名⇒12名)	
12:33～	男子70kg以下級	フリーポーズ(8/7/7/7名 4組)	①全員で入場 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比較審査
12:41～	"	ピックアップ審査(29名⇒12名)	
13:01～	男子75kg以下級	フリーポーズ(8/8/8/7名 4組)	～ 比較審査の流れ ～
13:09～	"	ピックアップ審査(31名⇒12名)	
13:29～	男子75kg超級	フリーポーズ(9/8名 2組)	①1名ずつ入場 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比較審査
13:33～	"	ピックアップ審査(17名⇒9名)	
13:47～	男子65kg以下級	比較審査(1位～12位順位付)	
14:07～	男子70kg以下級	比較審査(1位～12位順位付)	
14:27～	男子75kg以下級	比較審査(1位～12位順位付)	
14:47～	男子75kg超級	比較審査(1位～9位順位付)	
15:00～	予選審査終了		

☆ 休 憩 ☆

決 勝 審 査		
15:30～	ボディフィットネス158cm以下級 (1位～6位順位付)	～ ボディフィットネスの流れ ～ ①ワンポーズを取った後、Lウオーク ②ラインナップ後、クォータータン
15:38～	ボディフィットネス158cm超級 (1位～7位順位付)	
15:48～	女子フィジーク158cm以下級 (1位～4位順位付)	～ 女子フィジークの流れ ～ ①クォータータン・規定4ポーズ・1分間のホースダウン ②各自30秒のフリーポーズ
15:56～	女子フィジーク158cm超級 (1位～6位順位付)	
16:04～	男子55kg以下級 各1分のフリーポーズ(6名)	～男子決勝審査の流れ～ 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分間のフリーポーズ 17:50 ゲストスタンバイ (ゲストには30分前から通知)
16:15～	男子60kg以下級 各1分のフリーポーズ(11名)	
16:33～	《 審 査 員 交 代 》	
16:38～	男子65kg以下級 各1分のフリーポーズ(12名)	
16:58～	男子70kg以下級 各1分のフリーポーズ(12名)	
17:18～	男子75kg以下級 各1分のフリーポーズ(12名)	
17:38～	男子75kg超級 各1分のフリーポーズ(9名)	
17:53～	ゲストポーズ ゲストポーズ(鈴木 雅 選手 )	

ポーズダウン・表彰式		
18:00～	ボディフィットネス158cm以下級 表彰(1位～6位)	表彰台設置          超級の選手を表彰台に残して閉会宣言～ドン下げ 18:30 舞台、場内後片付け
18:05～	ボディフィットネス158cm超級 表彰(1位～7位)	
18:10～	女子フィジーク158以下級 表彰(1位～4位)	
18:15～	女子フィジーク158超級 表彰(1位～6位)	
18:20～	男子55kg以下級 表彰(1位～6位)	
18:25～	男子60kg以下級 表彰(1位～11位)	
18:30～	男子65kg以下級 表彰(1位～12位)	
18:35～	男子70kg以下級 表彰(1位～12位)	
18:40～	男子75kg以下級 表彰(1位～12位)	
18:45～	男子75kg超級 表彰(1位～9位)	
18:50	終了～閉会宣言 辻本 俊子 大会実行副委員長	

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。