

# <第57回東京ボディビル選手権進行表>

選手受付:地下多目的ホール

会場:北とびあ

**\* 9:15-9:45 1部選手受付 \***  
カラー・オイルチェック

役員集合:8:00

9:00-	ジャッジテスト集合	
10:00-	開会式	東京ボディビル・フィットネス連盟 理事長 宮畑豊
	開会宣言	
	国旗掲揚	
	会長挨拶	東京ボディビル・フィットネス連盟 会長 石原伸晃
	来賓祝辞	(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟 会長 青田正順
	審査員紹介	

## 第1部

### <ピックアップ>

10:20-	・ビキニフィットネス35才超級……ラインナップ° ~クォーターン(19名⇒12名)
10:30-	・ビキニフィットネス35才以下級……ラインナップ° ~クォーターン(15名⇒12名)
10:40-	・メンズフィジーク40才以上……ラインナップ° ~クォーターン(21名⇒12名)
10:50-	・メンズフィジーク172cm以下級……ラインナップ° ~クォーターン(25名⇒12名)
11:05-	・メンズフィジーク176cm以下級……ラインナップ° ~クォーターン(24名⇒12名)
11:15-	・メンズフィジーク176cm超級……ラインナップ° ~クォーターン(28名⇒12名)

### <予選審査>

11:30-	・ボディフィットネス158cm以下級…ラインナップ° ~クォーターン(1位~8位順位付)
11:38-	・ボディフィットネス158cm超級…ラインナップ° ~クォーターン(1位~8位順位付)
11:46-	・ビキニフィットネス35才超級……ラインナップ° ~クォーターン(1位~12位順位付)
11:56-	・ビキニフィットネス35才以下級……ラインナップ° ~クォーターン(1位~12位順位付)
12:06-	・メンズフィジーク40才以上……ラインナップ° ~クォーターン(1位~12位順位付)
12:16-	・メンズフィジーク168cm以下級……ラインナップ° ~クォーターン(1位~12位順位付)
12:26-	・メンズフィジーク172cm以下級……ラインナップ° ~クォーターン(1位~12位順位付)
12:36-	・メンズフィジーク176cm以下級……ラインナップ° ~クォーターン(1位~12位順位付)
12:46-	・メンズフィジーク176cm超級……ラインナップ° ~クォーターン(1位~12位順位付)

### <決勝審査>

12:56-	・フィットモデル158cm以下級(スィムスツ)…ウォーク~クォーターン(1位~8位順位付)
13:04-	・フィットモデル163cm以下級(スィムスツ)…ウォーク~クォーターン(1位~5位順位付)
13:09-	・フィットモデル163cm超級(スィムスツ)…ウォーク~クォーターン(1位~7位順位付)
13:16-	・ボディフィットネス158cm以下級…Tウォーク~クォーターン(1位~6位順位付)
13:26-	・ボディフィットネス158cm超級…Tウォーク~クォーターン(1位~6位順位付)
13:36-	・ビキニフィットネス35才超級……ウォーク~クォーターン~スリーステップフォワード(1位~6位順位付)
13:46-	・ビキニフィットネス35才以下級……ウォーク~クォーターン~スリーステップフォワード(1位~6位順位付)
13:56-	・フィットモデル158cm以下級(イブコングトリス)…ウォーク~クォーターン~3ステップフォワード(1位~8位順位付)
14:06-	・フィットモデル163cm以下級(イブコングトリス)…ウォーク~クォーターン~3ステップフォワード(1位~5位順位付)
14:13-	・フィットモデル163cm超級(イブコングトリス)…ウォーク~クォーターン~3ステップフォワード(1位~7位順位付)

14:21-	・メンズフィジーク40才以上…… ウォーク°～クォーターン(1位～6位順位付)	* 14:00～14:45 2部選手受付* カラー・オイルチェック
14:29-	・メンズフィジーク168cm以下級…… ウォーク～クォーターン(1位～6位順位付)	
14:35-	・メンズフィジーク172cm以下級…… ウォーク～クォーターン(1位～6位順位付)	
14:43-	・メンズフィジーク176cm以下級…… ウォーク～クォーターン(1位～6位順位付)	
14:51-	・メンズフィジーク176cm超級…… ウォーク～クォーターン(1位～6位順位付)	

<表彰式>

15:00-	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フィットモデル158cm以下級(ｲﾝｺﾝｸﾞﾄﾞﾙｽ)…ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・フィットモデル163cm以下級(ｲﾝｺﾝｸﾞﾄﾞﾙｽ)…ラインナップ°～クォーターン(1～5位表彰)</li> <li>・フィットモデル163cm超級(ｲﾝｺﾝｸﾞﾄﾞﾙｽ)…ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・ボディフィットネス158cm以下級…ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・ボディフィットネス158cm超級…ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・ビキニフィットネス35才超級……ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・ビキニフィットネス35才以下級……ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・メンズフィジーク40才以上……ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・メンズフィジーク168cm以下級……ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・メンズフィジーク172cm以下級……ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・メンズフィジーク176cm以下級……ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> <li>・メンズフィジーク176cm超級……ラインナップ°～クォーターン(1～6位表彰)</li> </ul>
--------	---

15:30- 1部終了

第2部 競技開始

<ピックアップ>

16:00-	・ミスター東京……1次ピックアップラインナップ～規程4ポーズ(48名⇒20名)
16:20-	・ジュニア……ラインナップ～規定4ポーズ(23名⇒12名)
16:35-	・ミス東京……ラインナップ～規定4ポーズ(18名⇒12名)
16:50-	・ミスター東京……2次ピックアップラインナップ～規定4ポーズ(20名⇒12名)

<予選審査>

17:05-	・ジュニア……ラインナップ～規定7ポーズ(1～12位順位付)
17:15-	・ミス東京……ラインナップ～規定4ポーズ(1～9位順位付)
17:25-	・ミスター東京……ラインナップ～規定7ポーズ(1～12位順位付)

<決勝審査>

17:40-	・ジュニア……1分間フリーポーズ～ラインナップ(1～12位順位付)
18:04-	・ミス東京……1分間フリーポーズ～ラインナップ(1～9位順位付)
18:22-	・ミスター東京……1分間フリーポーズ～ラインナップ(1～12位順位付)

<表彰式>

18:50-	・ジュニア……予選審査(1～12位順位付)
19:00-	・ミス東京……予選審査(1～9位順位付)
19:10-	・ミスター東京……予選審査(1～12位順位付)
19:20-	・閉会宣言 大会副実行委員長

\* 進行の都合上、時間の変更などがあることをご了承ください。