

**第75回東京都パワーリフティング選手権大会申込書**  
**第31回東京都春季総合ベンチプレス選手権大会 申込書 兼 記録カード**  
**大会開催日:2020年4月11日(土)**

※事前に選手登録が必要です。日本パワーリフティング協会のホームページで申請してください。  
 ※郵送申込の際は、必ず参加費振込控えのコピーを同封してください。

出場する大会 (両大会に出場希望の方は両方に印をつけてください)					
<input type="checkbox"/> 第75回東京都パワーリフティング選手権大会 <input type="checkbox"/> 第31回東京都春季総合ベンチプレス選手権大会					
階級	選手ID(8桁)	性別	ギア	区分	
kg級		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	<input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> フルギア	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> マスターズ(I) <input type="checkbox"/> マスターズ(II) <input type="checkbox"/> マスターズ(III) <input type="checkbox"/> マスターズ(IV) <input type="checkbox"/> マスターズ(V) <input type="checkbox"/> 高校 <input type="checkbox"/> サブジュニア <input type="checkbox"/> ジュニア	
氏名		生年月日			
フリガナ		西暦 年 月 日			
		( 歳)			
検量体重	所属団体				
kg	個人		団体		
セッション	今大会への意気込み				
ラック高		足台		補助	
スクワット	段階	<input type="checkbox"/> 不要 <input type="checkbox"/> 必要		<input type="checkbox"/> 不要 <input type="checkbox"/> センター	
ベンチプレス	段階				
セーフティー	段階				
スクワット	第一試技	第二試技	第三試技		
	重量変更				
ベンチプレス	第一試技	第二試技	第三試技	※ベンチプレス第三試技重量変更可能なのはベンチプレス大会のみ	
	重量変更			重量変更1	重量変更2
デッドリフト	第一試技	第二試技	第三試技		
	重量変更			重量変更1	重量変更2
トータル	順位				備考
kg	<input type="checkbox"/> 一般	<input type="checkbox"/> マスターズ			<input type="checkbox"/>
	位	<input type="checkbox"/> I 位	<input type="checkbox"/> II 位	<input type="checkbox"/> III 位	<input type="checkbox"/> IV 位
		<input type="checkbox"/> V 位			

**誓約書**

東京都パワーリフティング協会 御中

当大会の開催期間中に発生した事故やトラブル等に関しては、参加者自身の責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をおかけしません。また、将来に亘り一切の請求をしないことを誓います。この他、開催要項に記載の連絡事項にすべて同意いたします。

2020年 月 日	住所 〒	氏名	印
TEL			

◆参加申込の送付  
 「参加費振込控えのコピーを添付」の上、大会事務局へ参加申込書を郵送でお送りください。

【大会事務局】  
 〒136-0073 東京都江東区北砂3-6-11アドバンス北砂504  
 東京都パワーリフティング選手権大会事務局 荒川大介宛

◆参加費振込先  
 みずほ銀行国分寺支店  
 普通口座 1781213 トウキョウトパワーリフティングキョウカイ