

進行表

日時 2023年10月29日（日）

会場 ゴールドジム東陽町スーパーセンター体育館

主催 東京都パワーリフティング協会

後援 八王子市教育委員会、公益社団法人日本パワーリフティング協会

協力 関東ブロックパワーリフティング連盟

協賛 MBCPOWER 株式会社ONI 株式会社tanosimu（SBD） 株式会社パワーウェーブ

A7Japan AthleteBody株式会社 OneMile商標知的財産事務所 EVERLIFT Luxy Bronze

パワーハウスつくば 日清ゴム株式会社 BSCG あたまのオアシス 株式会社ザオバ

Fitトレード&マーケティング合同会社 パワーフィットスタジオZERO TXP

エキスプロージョン合同会社 株式会社Japan Insider 株式会社大王製作所

パワーフラッシュ 株式会社サント・ジャパン とよたま手技治療院 ゴールドジム（順不同）

10:00 開会式

開会式には会場内の選手はご参加ください。10分程度で終了いたします。

Aグループ、Dグループの選手はウォーミングアップを優先していただいて構いません。

10:10 スタッフミーティング・役割分担確認（各セクションごとで実施します）

- ・審判テクニカルミーティング
- ・補助員ミーティング
- ・進行スタッフミーティング

10:30 試合開始

1コート				
グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
A	女子47kg級、女子57kg級、女子69kg級	14	8:30	10:30
B	女子63kg級、女子76kg級、男子59kg級、M2 & M5男子66kg級	14		各種目Aグループ終了次第
C	高校、サブジュニア、ジュニア男子全階級	14		各種目Bグループ終了次第

2コート				
グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
D	M1男子66kg級、M1 & M3男子74kg級、M1男子83kg級 M1男子120kg級	14	8:30	10:30
E	M2男子74kg級、M2男子93kg級、M1 & M2男子105kg級	14		各種目Dグループ終了次第
F	M2 & M3男子83kg級、M1 & M3男子93kg級	13		各種目Eグループ終了次第

17:00 試合終了予定

※ コスチュームチェックは、各セッション検量開始時間と同時にスタートいたします。

※ 検量は各グループ毎に検量室前に掲示のロットナンバー順に行われます。

名前をお呼びして1人ずつ検量を実施しますが、名前を呼ばれたときに不在の場合は自動的に検量順が最後に回りますのでご注意ください。

※ 試合進行状況に応じて、試技開始時間に変更になる場合は館内放送でお知らせいたします。