

第2回 品川大森杯

オープンパワーリフティング選手権大会／オープンベンチプレス選手権大会

【進行表】

日時 2025年11月30日（日）

会場 ONI GYM 24 大森東京店

主催 ONI GYM 24

主管 東京都パワーリフティング協会

10:30 開会式

主催者挨拶ならびに会場諸注意：ONI GYM24トレーナー 金子万生

10:45 スタッフミーティング（審判員、進行、補助員各セクションで行います）

11:00 試合開始(1面開催)

シングルベンチプレス

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63kg級、男子59kg級、男子66kg級、男子74kg級	13	9:00	11:00
B	男子83kg級、男子93kg級	12		Aグループ終了次第

12:30 試合終了予定

パワーリフティング

グループ	カテゴリー・階級	人数	検量	試技開始
C	女子47kg級、女子57kg級、女子63kg級、女子76kg級 男子83kg級、男子93kg級、男子105kg級	14	11:30	13:30
D	男子66kg級、男子74kg級	14		Cグループ終了次第

18:00 試合終了予定

- ※ 選手は各自、検量時間までにご来場ください。検量が受付を兼ねます。
- ※ 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、試技開始時間が変更になる場合は館内放送でお知らせいたします。