



# 第5回東京都パワーリフティング公式記録会 [JPA 公式大会]

## 開催要項

本大会は当協会主催の他大会と同じく、JPA（日本パワーリフティング協会）公式大会です。記録は公式記録として認定されますので、初級者の方の初大会としても最適です。他県オープン参加も歓迎いたします。

◇日時：2026年2月1日（日）

◇受付：検量9：00予定 試合開始11：00予定（変更になる場合がございます）

◇会場：ゴールドジム東陽町スーパーセンター内体育館

〒135-0016 東京都江東区東陽2丁目2-20

※会場に駐車場がありません。お車でお越しの方は近隣の民間駐車場をご利用ください。

◇主催：NPO 法人東京都パワーリフティング協会（T P A）

◇後援：公益社団法人日本パワーリフティング協会（J P A）

◇競技方法：J P Aルールに基づく個人戦・団体戦。

◇参加資格：①満14才以上で東京都内に在住・在勤・在学する者、及び所属ジム・クラブ・同好会が東京都内にある者。または同条件で1年以上日本に滞在している外国籍の者。

② J P Aに選手登録をした選手であること。

2025年度の選手登録を完了していないと、エントリーできません。

## 2025年度選手登録に関する特記事項

■本大会出場のために、2025年度から新規登録される場合

J P Aホームページ「[選手登録（シクミネット）](#)」から登録をお願いします。

2025年度の選手登録は、2025年4月1日から2026年3月31日までに開催される大会が対象となります。

■2024年度から継続して登録されている選手の場合

- ・現会員は自動的に2025年度会費決済が自動的に実行されます。
- ・クレジット決済と口座振替は自動的に決済されます。
- ・コンビニ決済・Pay-easy で登録の方は、シクミネットマイページよりお支払いください。

■2025年度登録において所属都道府県、所属連盟に変更がある場合

例) ①引越し等で所属都道府県協会を変更する方

②所属連盟を変更する方（高校生→一般など）

なお、所属都道府県、所属連盟変更は、システム上当協会では変更できません。

お手数ですが下記 J P A指定のフォームより変更依頼の手続きをしてください。

[J P A会員情報変更申請はこちら](#)

◇競技部門：クラシック（ノーギア）、エクイップ（フルギア）

◇カテゴリー：一般・高校生・サブジュニア・ジュニア・マスターⅠ～Ⅴ  
（各部門ともダブルエントリーは不可とする）

◇階級：男子 各8階級

59kg、66kg、74kg、83kg、93kg、105kg、120kg、120kg超  
ただし高校、サブジュニア、ジュニアは53kg級を加えて9階級

女子 各8階級

47kg、52kg、57kg、63kg、69kg、76kg、84kg、84kg超  
ただし高校、サブジュニア、ジュニアは43kg級を加えて9階級

◇服装： ○クラシック部門

リストラップ・ベルト使用可。

JPAルールで認められたシングレットおよびTシャツ着用。

【ご注意ください】

スパッツ着用での出場はできません。選手は必ずJPAルールに則したシングレットを着用して試合に出場していただくようお願いいたします。

一昨年まで東京都協会では競技普及を目的として、スパッツ姿での出場を特例として認めておりましたが、近年は初出場の選手であってもほぼ全ての選手がシングレットを着用しておられ、スパッツ許可の特別ルールを設ける必要性は無いと判断しました。

※女性選手の場合、ワイヤー等金属で補強されている下着は使用不可。

○エクイップ部門

ベンチプレスシャツやスクワットスーツ等、国際パワーリフティング連盟が定めたエクイップルールに適用するギアが使用可能。

◇表彰：カテゴリー・階級ごとに1～6位までに表彰状をお渡しいたします。

各階級上位6名の方には、会場内所定の場所にて表彰状をお渡しいたします。

他県オープン参加の選手には記録証をお渡しいたします。

表彰状、記録証の後日郵送は行いませんので、必ず会場内でお受け取りください。

今大会はメダル授与はございませんので予めご了承ください。

◇参加費：一人16,500円（税込）

近年、大会運営にかかる各種経費（審判・補助員・スタッフへの謝金、運送費、アウトソーシング費など）が全体的に増加していることを受け、今年度より参加費を改定させていただいております。改定による増額分は、大会の安全性で円滑な運営の維持、向上を目的とした費用として充てさせていただきます。

皆さまのご理解とご協力を心よりお願い申し上げます。

◇申込方法：東京都パワーリフティング協会ホームページに掲載の[エントリーフォーム](#)よりお申込みください。

- ・申込時に参加費に加えて決済手数料220円が自動的にかかります。
- ・パソコン、スマートフォンから申し込み可能です。
- ・郵送でのお申込みはお受けしていません。
- ・他県登録選手のオープン参加も可能です。

- 参加キャンセルによる返金はいたしません。
- 運営の都合上、エントリーは先着順で人数制限をいたします。  
出場お申込みはお早めにされることをお勧め致します。
- 人数制限後はエントリーフォーム上にキャンセル待ち登録確認画面が表示されます。  
キャンセル待ちに登録いただくと、空きが出た時点で自動的に案内メールが届きます。

エントリー開始日     2025年11月30日（日） 20：00

エントリー締切日     2025年12月21日（日） 24：00

◇競技スケジュール：エントリー締切り後にホームページにて発表いたします。  
選手への直接の連絡はいたしませんのでご了承ください。

◇【重要事項】セコンドについて

1) ウォーミングアップエリアに入れるセコンドを、選手 1 名につき、クラシックの場合は1名、エキップの場合は2名までとさせていただきます。近年の選手増加に伴い、ウォーミングアップエリアの混雑が続いているため、全選手がスムーズにアップを行えるよう、ご協力ください。

2) 試合当日、検量時にセコンド用のシールを選手にお渡しします。セコンドの方は、ご自身の着用しているシャツの左袖にシールを貼付してください。左袖にシールが貼付されていない方は、ウォーミングアップエリアへの立ち入りができませんので、十分ご注意ください。

なお、セコンドの人数超過やその他のマナー違反について、注意をお伝えしても従っていただけない場合は、ご退場を命じることがあります。あらかじめご了承ください。

3) アップ場における撮影は、セコンドが自選手のフォーム確認などを目的とする場合に限り、可能です。ただし、他の選手や関係者のご迷惑とならないよう、十分にご配慮をお願いいたします。なお、アップ場での三脚を使用しての撮影は、周囲の妨げとなる可能性があるため禁止とさせていただきます。

◇チョークやベビーパウダー使用について

ルールに適合した製品の使用は問題ありませんが、会場の床を汚さないよう十分ご注意ください。パウダーを使用する際は、養生されている床の上であっても、必ずご自身で新聞紙やビニールを敷くなどの対策をお願いいたします。

◇使用機材：試合場のラック、バー共にBULL製を使用予定。（変更になる場合もございます）

◇問い合わせ：メール：[info.tokyopower@gmail.com](mailto:info.tokyopower@gmail.com)（東京都パワーリフティング協会事務局）

※お問い合わせはメールでお願いいたします。

当協会のSNSでのDMや投稿へのコメントでのお問い合わせは受け付けておりませんので、あらかじめご了承ください。

◇運営スタッフ募集：本大会に審判または補助員等、ご協力いただける方を募集中です。

運営にご協力いただける方は、ぜひ[運営役員応募フォーム](#)からお申込み下さい。

業務内容に応じて、大会当日に当協会で定めた謝金をお支払いいたします。

（審判員、進行スタッフ、補助員、前日会場設営係、当日会場撤収係）

◇アンチ・ドーピングについて：

ドーピングは禁止です。規則違反を犯した場合、個人に対して大会成績の自動的な失効および原則2年または4年間の資格停止の制裁が課されます。ご注意ください。

●ドーピングとは

『「スポーツにおいて禁止されている物質や方法によって競技能力を高め、意図的に自分だけが優位に立ち、勝利を得ようとする行為」のことです。禁止薬物を意図的に使用することだけをドーピングと呼びがちですが、それだけではありません。意図的であるかどうかに関わらず、ルールに反する様々な競技能力を高める「方法」や、それらの行為を「隠すこと」も含めて、ドーピングと呼びます。

ドーピングは、自分自身の努力や、チームメイトとの信頼、競い合う相手へのリスペクト、スポーツを応援する人々の期待などを裏切る、不誠実で利己的な行為であり、ドーピングがある限り、そもそもスポーツはスポーツとして成り立つことができません』

([日本アンチ・ドーピング機構ホームページ](#)より)

【その他連絡事項】

- ・エントリー後の競技部門や階級の変更はできません。
- ・大会当日の体重調整の失敗の場合はオープン参加となります。
- ・申込み後のご自身の都合による出場辞退については、参加費は返却いたしません。
- ・セッション分け及び受付・検量・競技時間については、当協会ホームページで発表します。基本的に選手への直接連絡はございません。
- ・本大会は民間のフィットネスクラブ「ゴールドジム」内の体育館にて開催となります。大会で使用する以外の場所への立ち入りは厳禁ですので、十分ご注意ください。
- ・本大会の申込みにあたって取得した個人情報、大会関連業務遂行に関して利用します。
- ・本大会に参加される選手、関係役員及びスタッフを含めた会場風景や競技中の写真を、東京都パワーリフティング協会、ならびに日本パワーリフティング協会が作成する各種のPR用ポスター、WEBに掲載させていただくことがあります。あらかじめご了承ください。
- ・本大会では外部メディアによる撮影・収録・取材等が行われる可能性があります。大会中に収録した映像は会場内外の上映用画面、印刷物、テレビ放送、インターネット配信等の各種媒体において使用される場合があります。収録は大会の競技に限らず、ウォーミングアップエリアや客席を撮影する場合があります。あらかじめご了承ください。
- ・大会当日は運営役員や会場スタッフ、ゴールドジムスタッフの指示に従って行動してください。指示に従っていただけない場合、退場いただく場合もありますのでご了承ください。
- ・本大会への選手、役員としての参加に際して、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者は一切の責任を負いません。

以上