



## 第11回兵庫県ベンチプレス選手権大会

### 第1回兵庫県ディスエイブルパワーリフティング選手権大会

### 2010兵庫県チャレンジベンチプレス大会

#### 開催要項

- ◆日時 平成22年3月14日(日)  
検量: AM 8:30~10:00 開会式 AM10:00~ 競技開始 AM10:30~
- ◆会場 パワーハウスかみかわ  
住所: 〒 679-2414 兵庫県神崎郡神河町栗賀町422 電話: 0790-31-3881  
<http://map.yahoo.co.jp/pl?type=scroll&lat=35.07090701500759&lon=134.77625948973065&z=14&mode=map&pointer=on&datum=wgs&fa=ks&home=on&hlat=35.06739456920617&hlon=134.77164609022535&layout=&ei=utf-8&p=>
- ◆交通 JR新野駅(播但線)下車、タクシーで10分  
中国道より福崎ICから播但道に乗り換え、神崎南ランプを降り、そこから3分  
(カーナビで「神崎総合病院前」もしくは「神崎支庁舎」(栗賀)が目標になります。)
- ◆地域別 兵庫県内の部 住所・勤務先・所属ジムのいずれかが兵庫県内にある方  
兵庫県外の部 上記以外の方
- ◆参加資格 【登録選手の部】 満14歳以上の男女で、平成21年度JPA登録選手であること  
(申込時登録可)  
【チャレンジベンチの部】 満14歳以上の男女(選手登録不要)
- ◆階級 【登録選手の部】 JPA公式ルール 男子 56 60 67.5 75 82.5 90 100 110 125 +125kg の10階級  
【身障者チャレンジA・Bの部】 女子 48 52 56 60 67.5 75 82.5 90 +90 の9階級  
【チャレンジベンチの部】  
【IPC公式ルールの部】 IPC公式ルール 男子 48 52 56 60 67.5 75 82.5 90 100 +100kg の10階級  
女子 40 44 48 52 56 60 67.5 75 82.5 +82.5kg の10階級  
JPA登録選手の方がチャレンジエントリーは出来ません。  
またチャレンジ出場が、今大会より3回目までしか出来ません。  
※登録・チャレンジの部共にサブジュニア・ジュニアのみ男子52kg級・女子44kg級がございます
- ◆服装 【登録選手の部】 フルギア (男女)ツリパンもしくはスパッツ(ブカブカは不可)  
リストラップ・ベルト・ベンチTシャツ  
ノーギア (男女)ツリパン or スパッツ・Tシャツ(ブカブカは不可)  
リストラップ・ベルト(ベンチTシャツは不可)  
\*日本記録挑戦は、ツリパン着用!  
【ディスエイブルパワーの部・チャレンジベンチの部】 ノーマルギア男女に準ずる
- ◆ルール 【登録選手の部】 JPAルール  
【ディスエイブルパワーの部】 IPCルール出場→IPC公式ルールに基づく  
チャレンジA→JPAノーマルギアルールに準ずる(止めは、なし)  
チャレンジB→足上げでのベンチプレス(止めは、なし)  
【チャレンジベンチの部】 JPAノーマルギアルールに準ずる(止めは、なし)

- ◆ 費用 参加費 4,000 円 障害者 2,000 円  
ダブルエントリー6,000 円 (フルギア・ノーギアのみダブル可)  
登録費 (未登録の場合)・・・個人選手登録費=3,000 円 団体登録チーム所属選手登録費=2,000 円  
大学生=1,000 円 高校生以下=500 円  
振込先は りそな銀行 南森町支店 普通 0099825 シオタ ムネヒロ
- ◆ 申込方法 メインはインターネット受付です。極力こちらからお願いします。  
<http://my.formman.com/form/pc/yKTngi0UqLsbz9Ds/>  
特典として、メールにてエントリー、スケジュールを送信させていただきます  
(Eメール送信先は、パソコンメールのほうが見やすいです)  
インターネット環境がない場合は、大会事務局に申込用紙を送付してください。  
申込書ご送付先：〒663-8113 西宮市甲子園口 6-1-1-407  
兵庫県パワーリフティング協会大会事務局 塩田宗廣宛  
電話番号：0798-31-2860 FAX：0798-31-2861  
Mail：[info@hpa.rdy.jp](mailto:info@hpa.rdy.jp)

## 出場者全員に、HPAオリジナルTシャツ進呈！！

- ◆締め切り 平成22年2月17日(水)必着！
- ◆表彰 兵庫県内の部各クラス区分により、1～3位にメダルを、1～8位に賞状を授与  
(JPA登録の部一般のメダルが、一番格が高いメダルです！)  
兵庫県外の部各クラス区分により、1～8位に賞状を授与
- ◆年齢区分 登録選手・チャレンジベンチの部共に、  
《一般の部》年齢制限なし  
《サブジュニア》18歳以下 2010年中に19歳になる者は不可  
《ジュニア》23歳以下 2010年中に24歳になる者は不可  
《マスターズⅠ》40～49歳 2010年に40歳以上の者  
《マスターズⅡ》50～59歳 2010年に50歳以上の者  
《マスターズⅢ》60～69歳 2010年に60歳以上の者  
《マスターズⅣ》70歳以上 2010年に70歳以上の者  
カレンダーイヤーが適用されます。今年中になる年齢が適用されます。
- ◆その他 ・体育館内は土足厳禁となっておりますので、室内シューズをご用意下さい。  
・体育館内は所定の場所以外は飲食禁止となっております。ご協力の程、よろしくお願ひ申し上げます。