



2010年 進 行 表

第5回 全国高等学校ボディビル選手権大会 第22回 日本ジュニアボディビル選手権大会

平成22年10月3日(日) 大阪メルパルクホール

作成： 社団法人 日本ボディビル連盟
競技運営委員会

選 手 受 付				
時 間	ス テ ー ジ	バックステージ	照 明	その他
8:00～		8:00～ 仕込		
8:30～	選手受付 (理事/正会員)			
8:40～	ウェアチェック、ポーズ講習 (選手控室/審査・選手強化委員会)		8:50～ 照明チェック	
9:10～	ジャッジズミーティング (審査員控室/審査委員会)	9:20 選手集合・整列完了		

開 会 式				
時 間	ス テ ー ジ	バックステージ	照 明	その他
9:30～	開会宣言 大会実行委員長 藤原達也 (ドン前)		照明(A)	EV
9:32～	全選手入場(板付き)			ドン上げ
9:34～	国旗掲揚			
9:36～	会長挨拶 社団法人 日本ボディビル連盟会長 玉利 齊			EV
9:39～	来賓祝辞			EV
9:42～	選手宣誓			EV
9:44～	選手退場			ドン下げ
9:46～	審査員紹介(板付き)			ドン上げ

9:48～	休 憩 5 分	選手パンプアップ		
-------	---------	----------	--	--

高校選手権 プレジャッジ・ファイナル				
時 間	ス テ ー ジ	バックステージ	照 明	その他
10:00～	高 校 比較審査(1位～5位順位付)		照明(A)	
10:18～	高 校 各1分のフリーポーズ(1位～5位順位付)			ドン下げ

10:29～	休 憩 5 分	表彰台設置		
--------	---------	-------	--	--

高校選手権 ポーズダウン～表彰式				
時 間	ス テ ー ジ	バックステージ	照 明	その他
10:34～	高 校 1位～5位表彰	10分前にはスタンバイ	照明(C)	ドン上げ
		選手を表彰台に残してドン下げ		PM

10:40～	休 憩 20 分	表彰台撤去		ドン下げ
--------	----------	-------	--	------

ジュニア選手権 プレジャッジ・ファイナル				
時 間	ス テ ー ジ	バックステージ	照 明	その他
11:00～	ジュニア 比較審査(1位～13位順位付)			
11:20～	ジュニア 各1分のフリーポーズ(1位～12位順位付)			ドン下げ

11:40～	休 憩 5 分	表彰台設置		
--------	---------	-------	--	--

ジュニア選手権 ポーズダウン～表彰式				
時 間	ス テ ー ジ	バックステージ	照 明	その他
11:45～	ジュニア 1位～12位表彰	10分前にはスタンバイ	照明(C)	ドン上げ
11:53～	閉会宣言 大会実行副委員長	選手を残して閉会宣言後ドン下げ		ドン下げ

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後することがありますので、選手は各自出場クラスに合わせ進行状況を確認願います。