



2016年進行表

第20回 日本クラス別選手権大会 日韓親善ボディビル・フィットネス選手権大会

平成28年8月21日(日) 神奈川県/川崎市 サンピアかわさき

作成：公益社団法人 日本ボディビル・フィットネス連盟 競技運営委員会

選手受付 / ミーティング		各カテゴリー10分前に招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
9:00～	選手受付～手荷物検査 ウェア・オイル・カラーチェック (審査委員会/選手強化委員会) ジャッジズミーティング		

ピックアップ		各カテゴリー10分前に招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
10:00～	男子ボディビル55kg以下級	ピックアップ審査 (23名→12名)	ドン上げ
10:15～	男子ボディビル60kg以下級	ピックアップ審査 (22名→12名)	
10:30～	男子ボディビル65kg以下級	ピックアップ審査 (24名→12名)	
10:45～	男子ボディビル75kg以下級	ピックアップ審査 (24名→12名)	

プレジャッジ		各カテゴリー10分前に招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
11:00～	女子フィジーク158cm以下級	予選審査 1位～14位 順位付	
11:15～	女子フィジーク163cm以下級	予選審査 1位～11位 順位付	
11:30～	女子フィジーク163cm超級	予選審査 1位～ 4位 順位付	
11:36～	男子ボディビル55kg以下級	予選審査 1位～12位 順位付	
11:51～	男子ボディビル60kg以下級	予選審査 1位～12位 順位付	
12:06～	男子ボディビル65kg以下級	予選審査 1位～12位 順位付	
12:21～	男子ボディビル70kg以下級	予選審査 1位～15位 順位付	
12:38～	男子ボディビル75kg以下級	予選審査 1位～12位 順位付	
12:53～	男子ボディビル80kg以下級	予選審査 1位～12位 順位付	
13:08～	男子ボディビル85kg以下級	予選審査 1位～ 7位 順位付	
13:18～	男子ボディビル90kg以下級 男子ボディビル90kg超級	合同予選審査 1位～4位 順位付	ドン下げ

13:24～	休憩 (昼食 36分)		
--------	-------------	--	--

開 会 式			
時間	ステージ	バックステージ	その他
14:00～	開 会 宣 言	青田正順大会実行委員長	会長 来賓スタンバイ
14:02～	全 選 手 入 場	(板付き)	ドン上げ
14:04～	国旗・連盟旗掲揚(国歌吹奏)		
14:06～	主 催 者 挨 拶	公益社団法人日本ボディビル・フィットネス連盟会長 玉 利 齊	
14:10～	主 管 連 盟 挨 拶	神奈川県ボディビル・フィットネス連盟会長 甘 利 明	
14:13～	来 賓 挨 拶		
14:15～	来 賓 挨 拶		審査員スタンバイ
14:17～	選 手 宣 誓		
14:19～	選 手 退 場		功労賞(感謝状)受賞者スタンバイ
14:21～	審 査 員 紹 介	(板付き)	ドン上げ
14:25～	功労賞(感謝状)授与式		

ファイナル		各カテゴリー5分前に招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認 整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
14:35～	女子フィジーク158cm以下級	クォーターターン・規定ポーズ・ポーズダウン⇒フリーポーズ (6名)	
14:44～	女子フィジーク163cm以下級	クォーターターン・規定ポーズ・ポーズダウン⇒フリーポーズ (6名)	
14:53～	女子フィジーク163cm超級	クォーターターン・規定ポーズ・ポーズダウン⇒フリーポーズ (4名)	
14:59～	男子ボディビル55kg以下級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (6名)	
15:09～	男子ボディビル60kg以下級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (6名)	
15:19～	男子ボディビル65kg以下級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (6名)	
15:29～	男子ボディビル70kg以下級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (6名)	
15:39～	男子ボディビル75kg以下級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (6名)	
15:49～	男子ボディビル80kg以下級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (6名)	
15:59～	男子ボディビル85kg以下級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (6名)	
16:09～	男子ボディビル90kg以下級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (4名)	
16:15～	男子ボディビル90kg超級	①クォーターターン・規定ポーズ ②フリーポーズ (1名)	

日韓親善ボディビル・フィットネス選手権 ①		各カテゴリー5分前に招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認 整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
16:17～	韓国選手団 フリーポーズ(女子フィジーク 163cm以下級/163cm以上級/男子ボディビル 60kg/70kg/80kg) BAE SANG RAN / KIM MIN JEONG / JUNG HAN PYO / KIM YNG GYM / KODAE YOUNG		ドン下げ

16:27～	休憩 (表彰式準備 7分)		
--------	---------------	--	--

表彰式		各カテゴリー5分前に招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認 整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
16:35～	女子フィジーク158cm以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	ドン上げ
16:39～	女子フィジーク163cm以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	
16:43～	女子フィジーク163cm超級	ポーズダウン⇒1位～4位 表彰⇒写真撮影	
16:47～	男子ボディビル55kg以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	
16:51～	男子ボディビル60kg以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	
16:55～	男子ボディビル65kg以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	
16:59～	男子ボディビル70kg以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	
17:03～	男子ボディビル75kg以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	
17:07～	男子ボディビル80kg以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	
17:11～	男子ボディビル85kg以下級	ポーズダウン⇒1位～6位 表彰⇒写真撮影	
17:15～	男子ボディビル90kg以下級	ポーズダウン⇒1位～4位 表彰⇒写真撮影	
17:19～	男子ボディビル90kg超級	ポーズダウン⇒1位 表彰⇒写真撮影	ドン下げ

17:23～	休憩 (表彰式片付け 日韓親善準備 10分)		
--------	------------------------	--	--

日韓親善ボディビル・フィットネス選手権 ②		各カテゴリー5分前に招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認 整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
17:33～	日韓合同規定ポーズ(女子フィジーク 163cm以下級/163cm以上級/男子ボディビル 60kg/70kg/80kg) 【日本選手団】日本クラス別選手権の各カテゴリー優勝者が出場予定 【韓国選手団】BAE SANG RAN / KIM MIN JEONG / JUNG HAN PYO / KIM YNG GYM / KODAE YOUNG		ドン上げ
17:48～	表彰式		

17:52～	閉会宣言	大会実行副委員長	ドン下げ
17:54～	舞台場内の後片付け		

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後する事がありますので、選手は各自出場クラスに合わせて進行状況を確認しながら準備をお願いします。