

# 2016年進行表



## 第24回 日本チャレンジカップフィジーク選手権大会 第16回 ミス21健康美大会 第50回 日本社会人ボディビル選手権大会 平成28年9月4日(日) 東京都/きゅりあん(品川区立総合区民会館)

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			
時間	ステージ		バックステージ
08:30~	選手受付~手荷物検査		その他
	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)		
09:45~	ジャッジメントミーティング		
社会人ボディビル選手権大会 ピックアップ審査			
			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
10:00~	男子ボディビル	ピックアップ審査 (24→11名)	ドン上げ
社会人ボディビル選手権大会 プレジャッジ			
			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
10:24~	男子新人	比較審査(1位~4位順位付)	その他
10:28~	男子マスターズ 70才以上級	比較審査(1位~3位順位付)	
10:32~	男子マスターズ 65才以上級	比較審査(1位~3位順位付)	
10:36~	男子マスターズ 60才以上級	比較審査(1位~3位順位付)	
10:40~	男子マスターズ 50才以上級	比較審査(1位~15位順位付)	
10:55~	男子マスターズ 40才以上級	比較審査(1位~10位順位付)	
11:05~	女子フィジーク	比較審査(1位~2位順位付)	
11:08~	男子ボディビル	比較審査(1位~15位順位付)	(ピックアップ選手11名+シード選手4名)
11:24~	休憩 (審査員交代)		
日本女子チャレンジカップ / ミス21健康美			
			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
11:29~	女子チャレンジカップ	ピックアップ審査(21名→12名)	その他
11:50~	ミス21健康美50才以上級	ピックアップ1審査(12名)	
12:00~	ミス21健康美158cm以下級	ピックアップ1審査(7名)	
12:06~	ミス21健康美163cm以下級	ピックアップ1審査(5名)	
12:10~	ミス21健康美163cm超級	ピックアップ1審査(7名)	
12:16~	女子チャレンジカップ	比較審査(1位~12位順位付)	
12:28~	ミス21健康美50才以上級	ピックアップ2審査(12名)	(コスチューム=ワンピース / クォーターターン~規定ポーズ)
12:40~	ミス21健康美158cm以下級	ピックアップ2審査(7名)	
12:47~	ミス21健康美163cm以下級	ピックアップ2審査(5名)	
12:52~	ミス21健康美163cm超級	ピックアップ2審査(7名)	ドン下げ
12:59~	休憩 (昼食)		

開 会 式		5分前に選手整列完了	
時間	ステージ	バックステージ	その他
13:20～	開 会 宣 言 五十嵐 清四郎 大会実行委員長	緞帳前 / 会長・来賓スタンバイ	
13:22～	全 選 手 入 場	選手板付	ドン上げ
13:23～	国旗・連盟旗掲揚(国歌吹奏)		
13:25～	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 玉 利 齊 会長		
13:28～	主 管 連 盟 挨 拶 日本社会人ボディビル・フィットネス連盟 山 際 昭 会長代行		
13:31～	来 賓 祝 辞	審査員 / 感謝状受賞者スタンバイ	
13:34～	優 勝 杯 返 還 女子チャレンジカップフィジーク優勝 加藤 文子 選手		
13:35～	優 勝 旗 返 還 明治グループボディビルクラブ		
13:36～	選 手 宣 誓 小田切 雄太 選手(明治ボディビルクラブ) 磯 山 範 子 選手(秀心塾ボディビルクラブ)		
13:37～	選 手 退 場		ドン下げ
13:38～	審 査 員 紹 介 (板付)		ドン上げ
13:43～	感 謝 状 授 与 式		
13:48～	社会人ボディビル団体戦クラブチーム紹介		

社会人ボディビル選手権大会 ファイナル		各カテゴリー5分前に招集完了～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
13:55～	男子新人	決勝審査(4名)	(1分間フリーポーズ～ラインナップ)
14:01～	男子マスターズ 70才以上級	決勝審査(3名)	
14:06～	男子マスターズ 65才以上級	決勝審査(3名)	
14:11～	男子マスターズ 60才以上級	決勝審査(3名)	
14:16～	男子マスターズ 50才以上級	決勝審査(8名)	
14:26～	男子マスターズ 40才以上級	決勝審査(6名)	
14:34～	女子フィジーク	決勝審査(2名)	(規定4ポーズ～60秒ポーズダウン～30秒間フリーポーズ)
14:37～	男子ボディビル	決勝審査(12名)	(1分間フリーポーズ～ラインナップ)

14:53～ 休 憩 (審査員交代)

日本女子チャレンジカップ / ミス21健康美		各カテゴリー5分前に招集完了～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
14:55～	女子チャレンジカップ	決勝審査(12名)	(ラインナップ～45秒間フリーポーズ～ラインナップ～クォーターターン)
15:10～	ミス21健康美50才以上級	決勝審査(6名)	(ラインナップ～45秒間フリーポーズ～ラインナップ～クォーターターン)
15:20～	ミス21健康美158cm以下級	決勝審査(6名)	(ラインナップ～45秒間フリーポーズ～ラインナップ～クォーターターン)
15:30～	ミス21健康美163cm以下級	決勝審査(6名)	(ラインナップ～45秒間フリーポーズ～ラインナップ～クォーターターン)
15:38～	ミス21健康美163cm超級	決勝審査(6名)	(ラインナップ～45秒間フリーポーズ～ラインナップ～クォーターターン)

15:48～ 休 憩 (抽選会) ドン下げ

表 彰 式		各カテゴリー5分前に招集完了～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
15:53～	社会人男子新人	(ポーズダウン～1～3位順位発表～表彰式)	ドン上げ
15:56～	男子マスターズ 70才以上級	(ポーズダウン～1～3位順位発表～表彰式)	
15:59～	男子マスターズ 65才以上級	(ポーズダウン～1～3位順位発表～表彰式)	
16:02～	男子マスターズ 60才以上級	(ポーズダウン～1～3位順位発表～表彰式)	
16:05～	男子マスターズ 50才以上級	(ポーズダウン～1～8位順位発表～表彰式)	
16:12～	男子マスターズ 40才以上級	(ポーズダウン～1～6位順位発表～表彰式)	
16:16～	社会人女子フィジーク	(ポーズダウン～1～2位順位発表～表彰式)	
16:19～	社会人男子ボディビル	(ポーズダウン～1～12位順位発表～表彰式)	
16:28～	社会人団体	(1～3位順位発表～表彰式)	
16:31～	女子チャレンジカップ	(ポーズダウン～1～12位順位発表～表彰式)	
16:40～	ミス21健康美50才以上級	(ポーズダウン～1～3位順位発表～表彰式)	
16:44～	ミス21健康美158cm以下級	(ポーズダウン～1～3位順位発表～表彰式)	
16:48～	ミス21健康美163cm以下級	(ポーズダウン～1～3位順位発表～表彰式)	
16:52～	ミス21健康美163cm超級	(ポーズダウン～1～3位順位発表～表彰式)	
16:56～	ミス21健康美オーバーオール	審査 クォーターターン～順位発表～表彰式)	

16:59～ 各カテゴリー優勝者の写真撮影

17:01～	閉 会 宣 言 福島 信 夫 大会実行副委員長		ドン下げ
17:04～	大会終了～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。