

2022.9.4 進行予定表

9:10~	※第1部・選手受付開始 (3F)	★9:30~ 開場 (ステージ 中ホール: 4F)
9:50~	<開会宣言> 長崎県ボディビル・フィットネス連盟 理事長 浦岡慎吾 <挨拶> 九州・沖縄ボディビル・フィットネス連盟 理事長 木下俊昭 ・国歌斉唱 ・審査員紹介 ・集計員紹介	
10:00~	クラシックフィジーク	ピックアップ審査 14名→12名 ※バキム・ム・ズ~規定4ホ・ズ~比較審査
10:10~	長崎男子ボディビル	ピックアップ審査 14名→10名 ※規定4ホ・ズ~比較審査
10:20~	クラシックフィジーク	予選 12名→6名 順位付 ※バキム・ム・ズ~QT~規定7ホ・ズ
10:35~	フィットモデル	決勝ラウンド① 順位付 ※QT(クォーター) ワンピース水着・サングラスorミュー
10:40~	クラシックフィジーク	決勝ラウンド① 6名 順位付 ※QT~規定7ホ・ズから60秒ホ・ズダウン
10:50~	ピキニフィットネス	予選 12名→6名 順位付 ※ラインナップ~クォーター
11:05~	長崎男子ボディビル	予選 10名 順位付 ※QT~規定7ホ・ズ
11:20~	クラシックフィジーク	決勝ラウンド② 6名 順位付 ※60秒フリーホ・ズ~ラインナップ
11:30~	フィットモデル	決勝ラウンド② 順位付 ※Iワーク~QT~3ステップフット・アイコングドレス
11:35~	ピキニフィットネス	決勝 6名 順位付 ※Iワーク~QT~3ステップフット
11:45~	長崎男子ボディビル	決勝 10名 順位付 ※60秒フリーホ・ズ~ラインナップ
12:00~	(休憩 ~ ゲスト紹介・佐藤茂男選手)	
12:07~	クラシックフィジーク	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
12:14~	フィットモデル	表彰 1~2位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
12:19~	ピキニフィットネス	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
12:26~	長崎男子ボディビル	表彰 1~10位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
12:45~	※第2部・選手受付開始 (3F)	** お昼休憩 **
13:30~	(佐佐保市長祝辞)	
13:35~	メンズフィジーク 168cm以下級	ピックアップ審査 29名→12名 ※ラインナップ~クォーター~比較審査
13:50~	メンズフィジーク 172cm以下級	ピックアップ審査 19名→12名 ※ラインナップ~クォーター~比較審査
14:02~	メンズフィジーク 176cm以下級	ピックアップ審査 20名→12名 ※ラインナップ~クォーター~比較審査
14:14~	メンズフィジーク 176cm超級	ピックアップ審査 17名→12名 ※ラインナップ~クォーター~比較審査
14:26~	九州沖縄・男子ボディビル	ピックアップ審査 22名→12名 ※ラインナップ~規定4ホ・ズ~比較審査
14:39~	メンズフィジーク マスターズ 172cm以下級	予選 11名→6名 順位付 ※Iワーク~クォーター~比較審査
14:48~	メンズフィジーク マスターズ 172cm超級	予選 3名 順位付 ※Iワーク~クォーター~比較審査
14:53~	メンズフィジーク 168cm以下級	予選 12名→6名 順位付 ※Iワーク~クォーター~比較審査
15:03~	メンズフィジーク 172cm以下級	予選 12名→6名 順位付 ※Iワーク~クォーター~比較審査
15:13~	メンズフィジーク 176cm以下級	予選 12名→6名 順位付 ※Iワーク~クォーター~比較審査
15:23~	メンズフィジーク 176cm超級	予選 12名→6名 順位付 ※Iワーク~クォーター~比較審査
15:33~	九州沖縄・男子ボディビルマスターズ 40歳以上	予選 8名→6名 順位付 ※QT~規定7ポーズ
15:40~	九州沖縄・男子ボディビルマスターズ 60歳以上	予選 7名→6名 順位付 ※QT~規定7ポーズ
15:47~	九州沖縄・女子フィジーク	予選 5名 順位付 ※QT~規定7ポーズ
15:53~	九州沖縄・男子ボディビル	予選 12名→10名 順位付 ※QT~規定7ポーズ
16:00~	(休憩)	
16:10~	メンズフィジーク マスターズ 172cm以下級	決勝 1~6位 順位付 ※Iワーク ~ クォーター
16:18~	メンズフィジーク マスターズ 172cm超級	決勝 1~3位 順位付 ※Iワーク ~ クォーター
16:26~	メンズフィジーク 168cm以下級	決勝 1~6位 順位付 ※Iワーク ~ クォーター
16:34~	メンズフィジーク 172cm以下級	決勝 1~6位 順位付 ※Iワーク ~ クォーター
16:42~	メンズフィジーク 176cm以下級	決勝 1~6位 順位付 ※Iワーク ~ クォーター
16:50~	メンズフィジーク 176cm超級	決勝 1~6位 順位付 ※Iワーク ~ クォーター
17:03~	九州沖縄・男子ボディビルマスターズ 40歳以上	決勝 6名 順位付 ※60秒フリーホ・ズ~ラインナップ
17:13~	九州沖縄・男子ボディビルマスターズ 60歳以上	決勝 6名 順位付 ※60秒フリーホ・ズ~ラインナップ
17:30~	九州沖縄・女子フィジーク	決勝 5名 順位付 ※60秒フリーホ・ズ~ラインナップ
17:38~	九州沖縄・男子ボディビル	決勝 10名 順位付 ※60秒フリーホ・ズ~ラインナップ
17:50~	(休憩)	
17:55~	メンズフィジーク マスターズ 172cm以下級	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
17:42~	メンズフィジーク マスターズ 172cm超級	表彰 1~3位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
17:47~	メンズフィジーク 168cm以下級	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
17:54~	メンズフィジーク 172cm以下級	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
18:01~	メンズフィジーク 176cm以下級	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
18:08~	メンズフィジーク 176cm超級	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
18:15~	九州沖縄・男子ボディビルマスターズ 40歳以上	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
18:22~	九州沖縄・男子ボディビルマスターズ 60歳以上	表彰 1~6位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
18:29~	九州沖縄・女子フィジーク	表彰 1~5位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
18:35~	九州沖縄・男子ボディビル	表彰 1~10位 ※ホ・ズダウン~順位発表~表彰式・写真撮影
18:45~	< ゲストポーズ・佐藤茂男選手 >	
19:00~	<閉会宣言> 長崎県ボディビル・フィットネス連盟 会長 高西文利	

◆ 選手の皆様へ ◆

- ① 長崎県連盟より、インスタグラム [jbbf_nagasaki](#) にて大会に関する情報を発信していますのでそちらもご確認ください。
- ② 大会内容の変更等があった場合も上記インスタグラムでお知らせ致します。
- ③ 出場選手の受付は、アルカスSASEBO 3階・A B会議室前にて行います。
※9:10~9:25 第1部 出場選手受付 ※12:45~13:00 第2部 出場選手受付
- ④ 受付が済まれた選手から、同A B会議室内で測定やカラーリング、コスチューム等のチェックを行います。
(女性選手も3階で受付を行います、女性選手控室は4階になりますのでスタッフが案内致します)
- ⑤ 新たに、地下1階の鏡付リハーサル室も利用できるようにしました。(利用可能時間 9:30~16:50)
 - ・早く到着され第2部受付まで時間がある選手や、第1部を終了され体を休めたい選手、及び大会スタッフ関係者が利用できます。
 - ・尚、コロナ感染予防対策に従いマナーを守り、くれぐれも他の方の迷惑にならないよう各自配慮をお願い致します。
- ⑥ 缶バッチゼッケンや提出されたCD(選手権出場選手CD有)は忘れずにお持ち帰りください。
- ⑦ 中ホール内での飲食不可。選手控室や地下1階リハーサル室は飲食可能。 ※ゴミは各自で管理し必ずお持ち帰りください。
- ⑧ ステージ上以外ではマスクの着用厳守。
- ⑨ アルカスSASEBOでは他のイベント利用者も数多くいらっしゃいますので、移動の際は衣服の着用やマナー厳守をお願い致します。
- ⑩ 近隣に臨時駐車場約150台分を設営します(800円/日) OPEN 8:20-CLOSE 20:00 ※場所:佐世保市新港町5-226-1

◆ ご来場の皆様へ ◆

本大会は、(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟の感染拡大予防ガイドラインに沿って運営いたします。
ご理解ご協力賜りますよう、宜しく願い申し上げます。

- ご来場の際には、必ずマスクを着用してください
- 発熱や咳、喉の痛みなど風邪の症状がある場合、体調が優れない場合は、ご来場をお控え下さい。
- 体温が37.5度以上ある場合は、入場をお断りする場合がございます。
- こまめな手洗い、アルコール消毒をお願いいたします。
- 社会的距離を確保してください。
- 選手への声援、大声を出す行為はお控えください。
- 握手やハイタッチなど、他の方との身体的接触はお控えください。
- 客室での飲食は固くお断りいたします。
- 応援プラカードを掲げる場合や撮影(一脚可)の際は、周りのお客様へのご配慮をお願いいたします。
- トイレを流す際は、必ず蓋を閉めてから行ってください。
- ごみは必ずお持ち帰りください。
- 換気を促すため、常に会場のドアを開けております。

皆様どうぞご安全にお気をつけてお越しくださいませようスタッフ一同お待ち申し上げます