



◆ 2018年 進行表 ◆

東北・北海道ボディビル・フィットネス選手権大会

第45回 ボディビル / 第20回 マスターズボディビル / 第4回 ミスボディフィットネス

第2回 オープン メンズフィジーク・フィットネスビキニ

宮城県ボディビル・フィットネス選手権大会

第53回 ボディビル / 第22回 女子フィジーク / 第14回 ジュニア / 第23回マスターズボディビル / 第8回 ミスボディフィットネス

第1回 オープン メンズフィジーク・フィットネスビキニ

平成30年 9月 16日(日) 宮城県 / 仙台市若林区文化センター

(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟 競技運営委員会 作成

	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	
09:00～	選手受付～手荷物検査		
09:15～	ウェア・オイル・カラーチェック 当日計量(審査委員会)		
09:45～	ジャッジズミーティング		

09:58～	開会宣言 大会実行委員長 阿部 勉		
--------	-------------------	--	--

	宮城県 / 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～	メンズフィジーク172cm超級 ピックアップラウンド	ラインナップ～クォーターターン (18名⇒12名)	
10:12～	男子ボディビル ピックアップ審査	ラインナップ～規定4ポーズ (26名⇒10名)	

	東北・北海道 / 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	
10:30～	メンズフィジーク172cm超級 ピックアップラウンド	ラインナップ～クォーターターン (14名⇒12名)	
10:40～	男子ボディビル ピックアップ審査	ラインナップ～規定4ポーズ(23名⇒10名)	

	宮城県 / 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	
11:00～	フィットネスビキニ ラウンド1	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (1位～3位順位付け)	
11:08～	メンズフィジーク172cm以下級 ラウンド1	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (1位～14位順位付け)	
11:23～	メンズフィジーク172cm超級 ラウンド1	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (1位～12位順位付け)	
11:38～	マスターズボディビル70歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位順位付け)	
11:41～	マスターズボディビル65歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位順位付け)	
11:44～	マスターズボディビル60歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～3位順位付け)	
11:48～	マスターズボディビル55歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位順位付け)	
11:51～	マスターズボディビル50歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位順位付け)	
11:54～	マスターズボディビル40歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～3位順位付け)	
11:58～	ジュニアボディビル 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～5位順位付け)	
12:04～	ミスボディフィットネス ラウンド1	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (1位～4位順位付け)	
12:10～	女子フィジーク 比較審査	ラインナップ～クォーターターン～規定4ポーズ (1位～2位順位付け)	
12:26～	男子ボディビル 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～10位順位付け)	

	東北・北海道 / 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	
12:32～	フィットネスビキニ ラウンド1	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (1位～5位順位付け)	
12:40～	メンズフィジーク172cm以下級 ラウンド1	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (1位～13位順位付け)	
12:50～	メンズフィジーク172cm超級 ラウンド1	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (1位～12位順位付け)	
13:00～	マスターズボディビル70歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位順位付け)	
13:03～	マスターズボディビル65歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～3位順位付け)	
13:07～	マスターズボディビル60歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～2位順位付け)	
13:11～	マスターズボディビル55歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位順位付け)	
13:14～	マスターズボディビル50歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～2位順位付け)	
13:18～	マスターズボディビル40歳 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～6位順位付け)	
13:28～	ミスボディフィットネス ラウンド1	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (1位～3位順位付け)	
13:34～	男子ボディビル 比較審査	ラインナップ～規定7ポーズ (1位～10位順位付け)	ドン下げ

13:50～	休憩(昼食 40分)	午後開始5分前に選手の舞台整列完了	
--------	------------	-------------------	--

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。

開 会 式		開始5分前に選手の招集整列完了	
時間	ステージ	バックステージ	その他
14:30～	全選手入場(板付き)		ドン上げ
14:31～	国旗・連盟旗掲揚(国歌吹奏)		
14:33～	主催者挨拶 東北・北海道ボディビル・フィットネス連盟 加藤 勇 会長		
14:36～	主催連盟挨拶 宮城県ボディビル・フィットネス連盟 阿部 勉 理事長		
14:39～	来賓挨拶		
14:41～	来賓挨拶	審査員スタンバイ	
14:43～	選手宣誓		
14:45～	選手退場	功労賞(感謝状)受賞者スタンバイ	ドン下げ
14:46～	審査員紹介(板付き)		ドン上げ
14:49～	功労賞(感謝状)授与式		

宮城県 / ファイナル		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	
14:55～	フィットネスビキニ ファイナルラウンド	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン～3ステップフォワード (3名)	
15:00～	メンズフィジーク172cm以下級 ファイナルラウンド	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (6名)	
15:06～	メンズフィジーク172cm超級 ファイナルラウンド	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (6名)	
15:12～	マスターズボディビル70歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (1名)	
15:14～	マスターズボディビル65歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (1名)	
15:16～	マスターズボディビル60歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (3名)	
15:21～	マスターズボディビル55歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (1名)	
15:23～	マスターズボディビル50歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (1名)	
15:25～	マスターズボディビル40歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (3名)	
15:30～	ジュニアボディビル 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (3名)	
15:35～	ミスボディフィットネス ファイナルラウンド	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (4名)	
15:43～	女子フィジーク 決勝審査	ラインナップ～クォーターターン～規定4ポーズ～ポーズダウン～フリーポーズ(2名)	
15:49～	男子ボディビル 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (10名)	

東北・北海道 / ファイナル		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	
16:04～	フィットネスビキニ ファイナルラウンド	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン～3ステップフォワード (5名)	
16:10～	メンズフィジーク172cm以下級 ファイナルラウンド	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (6名)	
16:20～	メンズフィジーク172cm超級 ファイナルラウンド	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (6名)	
16:30～	マスターズボディビル70歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (1名)	
16:32～	マスターズボディビル65歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (3名)	
16:37～	マスターズボディビル60歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (2名)	
16:40～	マスターズボディビル55歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (1名)	
16:42～	マスターズボディビル50歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (2名)	
16:45～	マスターズボディビル40歳 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (3名)	
16:50～	ミスボディフィットネス ファイナルラウンド	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (3名)	
16:56～	男子ボディビル 決勝審査	フリーポーズ～ラインナップ (10名)	ドン下げ

17:10～	休 憩 5分 (ゲストポーズ準備)		
17:15～	ゲストポーズ 2017 日本男子ボディビル選手権大会 2位 須山 翔太郎 選手		ドン上げ
17:20～	休 憩 5分 (表彰式準備)	午後開始5分前に選手の招集完了	ドン下げ

東北・北海道 / 表彰式		各カテゴリー5分前に招集完了～選手の点呼確認 整列	
17:25～	フィットネスビキニ 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 (1位～5位)	ドン上げ
17:28～	メンズフィジーク172cm以下級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 (1位～6位)	
17:31～	メンズフィジーク172cm超級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 (1位～6位)	
17:34～	メンズフィジーク オーバーオール審査	Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン (2名)	
17:40～	マスターズボディビル70歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位)	
17:43～	マスターズボディビル65歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～3位)	
17:46～	マスターズボディビル60歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～2位)	
17:49～	マスターズボディビル55歳	ポーズダウン～順位発表 (1位)	
17:52～	マスターズボディビル50歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～2位)	
17:55～	マスターズボディビル40歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～3位)	
17:58～	メンズフィジーク オーバーオール 表彰式	順位発表 (1位)	
18:00～	ミスボディフィットネス 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 (1位～3位)	
18:03～	男子ボディビル 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～10位)	

宮城県 / 表彰式		各カテゴリ5分前に招集完了～選手の点呼確認 整列	
18:06～	フィットネスビキニ 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 (1位～3位)	
18:09～	メンズフィジーク172cm以下級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 (1位～6位)	
18:12～	メンズフィジーク172cm超級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 (1位～6位)	
18:15～	メンズフィジーク オーバーオール審査	Lワーク～ラインナップ～クォーターターン (2名)	
18:21～	マスターズボディビル70歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位)	
18:24～	マスターズボディビル65歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位)	
18:27～	マスターズボディビル60歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～3位)	
18:30～	マスターズボディビル55歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位)	
18:33～	マスターズボディビル50歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位)	
18:36～	マスターズボディビル40歳 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～3位)	
18:39～	ジュニアボディビル 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～3位)	
18:42～	メンズフィジーク オーバーオール 表彰式	順位発表 (1位)	
18:44～	ミスボディフィットネス 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 (1位～4位)	
18:47～	女子フィジーク 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～2位)	
18:50～	男子ボディビル 表彰式	ポーズダウン～順位発表 (1位～10位)	
18:53～	閉会宣言 大会実行副委員長		
18:55～	終了～舞台 場内清掃作業		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。