

◆ 2018 進行表 ◆

第3回 東日本メンズフィジーク・フィットネスビキニオープン大会

平成30年 8月26日(日) 東京都品川区 / きゅりあん(品川区立総区民会館)

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

08:30~	選手受付~手荷物検査		
	身長計測(楽屋)~ウエア・オイル・カラーチェック		
09:35~	ジャッジズ・ミーティング		

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

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~	フィットネスビキニ158cm以下級 ピックアップラウンド	1ポーズ~ラインナップ~クォーターターン(20名⇒12名)	ドン上げ
10:15~	フィットネスビキニ163cm以下級 ピックアップラウンド	1ポーズ~ラインナップ~クォーターターン(15名⇒12名)	
10:30~	メンズフィジーク 168cm以下級 ピックアップラウンド	1ポーズ~ラインナップ~クォーターターン(20名⇒12名)	
10:50~	メンズフィジーク 176cm以下級 ピックアップラウンド	1ポーズ~ラインナップ~クォーターターン(24名⇒12名)	
11:10~	メンズフィジーク 176cm超級 ピックアップラウンド	1ポーズ~ラインナップ~クォーターターン(25名⇒12名)	

ラウンド 1		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	
11:30~	フィットネスビキニ158cm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(12名⇒6名)	
11:45~	フィットネスビキニ163cm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(12名⇒6名)	
12:00~	フィットネスビキニ163cm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(11名⇒6名)	
12:15~	メンズフィジーク 50歳以上級 ラウンド 1	Lウォーク~ラインナップ~クォーターターン(15名⇒6名)	
12:35~	メンズフィジーク 168cm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(12名⇒6名)	
12:50~	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(14名⇒6名)	
13:10~	メンズフィジーク 176cm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(12名⇒6名)	
13:25~	メンズフィジーク 176cm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(12名⇒6名)	

13:40~	休憩		ドン下げ
--------	----	--	------

開会式		選手は舞台に13:55整列完了	
14:00~	全選手入場		ドン上げ
14:02~	国歌吹奏(国旗掲揚)		
14:04~	会長挨拶 公益社団法人 日本ボディビル・フィットネス連盟会長 藤原 達也		
14:07~	会長挨拶 社会人ボディビル・フィットネス連盟会長 山際 昭		
14:10~	来賓挨拶		
14:12~	選手宣誓 登坂 文朗(ALSOK昇日セキュリティサービス(株)B&Fクラブ)/石川 瑠夏(ゴールドジムウエスト東京)		
14:14~	選手退場		ドン下げ
14:16~	審査員紹介(審査員席)		

ファイナルラウンド		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	
14:20~	フィットネスビキニ 158cm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~3ステップフォワード(6名)	ドン上げ
14:30~	フィットネスビキニ 163cm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~3ステップフォワード(6名)	
14:40~	フィットネスビキニ 163cm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~3ステップフォワード(6名)	
14:50~	メンズフィジーク 50歳以上級 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)	
15:00~	メンズフィジーク168cm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)	
15:10~	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)	
15:20~	メンズフィジーク176cm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)	
15:30~	メンズフィジーク176cm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)	ドン下げ

15:40~	休憩(表彰式準備)		
--------	-----------	--	--

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。

※観戦頂きます皆様、表彰式で選手へのプレゼント 花束等は進行時間の都合によりご遠慮下さいます様、宜しくお願い致します。

	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	
15:50～	フィットネスピキニ 158cm以下級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 6名	ドン上げ
15:55～	フィットネスピキニ 163cm以下級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 6名	
16:00～	フィットネスピキニ 163cm超級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 6名	
16:05～	フィットネスピキニ オーバーオール審査	ラインナップ(3名)～クォーターターン～表彰式	
16:10～	メンズフィジーク 50歳以上級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 6名	
16:15～	メンズフィジーク 168cm以下級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 6名	
16:20～	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 6名	
16:25～	メンズフィジーク 176cm以下級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 6名	
16:30～	メンズフィジーク 176cm超級 表彰式	ラインナップ～クォーターターン～順位発表 6名	
16:35～	メンズフィジーク オーバーオール審査	ラインナップ(5名)～クォーターターン～表彰式	
16:40～	各クラス優勝者の写真撮影		
16:50～	閉会宣言～終了～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。

※ご観戦頂きます皆様、表彰式で選手へのプレゼント 花束等は進行時間の都合によりご遠慮下さいます様、宜しくお願い致します。