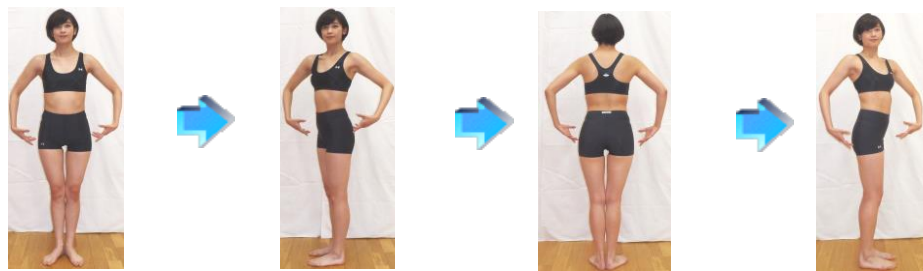
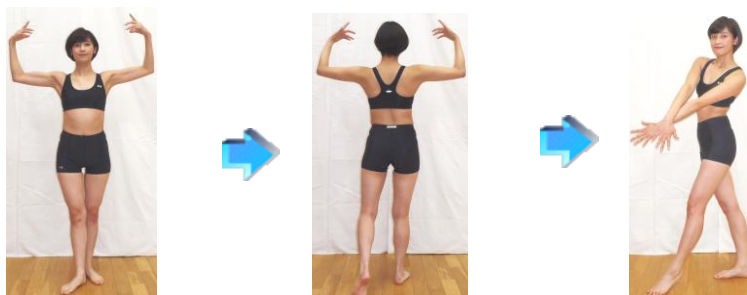


2019年 第9回 東京オープンミスビギナー実施要項

- 日時 2019年5月4日(土) 大会開始時間 10時30分～
- 会場 北とびあ 北区王子1-11-1 TEL.03-5390-1105
- 主催 東京ボディビル・フィットネス連盟
- 後援 東京都(予定)・公益社団法人 日本ボディビル・フィットネス連盟(JBBF)
- 出場資格 (1) 2019年度JBBF登録選手または、未登録者も出場可。
(2) 過去3年以内にアンチドーピング講習会受講済みの選手(Eラーニングによる受講免除は不可)
(3) 過去にボディビル選手権に出場したことがない女性。(他団体含む)
(4) 東京オープン・北区オープン大会において優勝していない選手。
(5) ボディフィットネス・フィットネス・フィットネスビギナー・健康美選手権で入賞経験のない選手
- コスチューム (1) 各自用意すること。(参考:下記モデルウェア)
(トップスは色は自由で無地とし、肩ひもは別の色でも可(背中中の筋肉が見える形)。下は黒のショートスパッツ。)
(2) 足元は素足とする。
(3) アクセサリー類は禁止とする。
(4) オイル禁止、JBBF推奨セルフカラーローションのみ使用可とする。
- 出場料 5,000円(JBBF登録選手)・8,000円(JBBF未登録選手)ビギナー講習会費込み
- 申込方法 ①加盟ジム登録選手:所定の申込用紙に必要事項を記入の上、出場費を添えて所属ジムへ申し込む
②個人登録及び未登録選手:所定の申込用紙に必要事項を記入の上、下記の連盟事務局へ郵送し、出場費を下記の口座に振り込むこと。
東京三菱UFJ銀行 小岩支店 (普)口座番号:0036160 東京ボディビル・フィットネス連盟 宮畑豊
※振込氏名は、申込用紙氏名と同じにして下さい。
※①②共に3月29日(金)締め切り(必着・厳守)。
※一度お支払いいただいた出場費の返金はいたしません。
※4月9日(火)までに出場者名簿を東京連盟ホームページ(<http://www.tbfbf.net/>)に掲載します。
そこで申込が受理されたかどうかの確認をしてください。
※注意事項等追加されることがあるので、選手は東京連盟ホームページを逐一確認するようにしておいてください。
- 申込先 〒115-0045 東京都北区赤羽2-4-10マルノビル3F 赤羽トレーニングセンター 内
及び 東京ボディビル・フィットネス連盟大会事務局
問合わせ先 TEL. 03-3901-5074 メールアドレス:info@akabane-tc.net
- 集合時間 午前9時までに会場集合。(出場確認書を持参のこと)
- 審査方法 (1) 予選審査・・・4分の1ずつ体を回転させるリラックスポーズで、全身的なシンメトリー、バランス、女性らしさ、マナーを審査して順位をつける。



- (2) 決勝審査・・・フロントダブルバイセップス・バックダブルバイセップス・サイドチェスト(手は握らない)



(片足を写真より斜め前に流す)(写真より斜め後ろに片足を引く)

- 事前講習会 4月21日(日) 場所等詳細は後日東京連盟ホームページにてお知らせします。

セルフカラー

セルフカラーの使用:【メーカー名】NURBS(ナーブス)【商品名】セルフタンニングローション コンテストブラックの使用を認める。希望者は上記の東京連盟事務局で購入のこと。指定品以外のカラーを使用した場合は失格とする。指定商品を使用した場合でも、大会当日色落ちするほど添付した場合は失格になる場合がある。その他、後日購入者に配布する注意事項を確認すること。