



◆ 2020年 進行表 ◆

2020 湘南オープンボディビル・フィットネス大会

2020年 10月25日 (日) 神奈川県 / 茅ヶ崎市民文化会館

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

会場準備			
08:30~	役員集合 各部署ミーティング		
09:00~	会館内入場 各部署準備		
11:00~	昼食 (弁当) 観客受付にて受取		
選手受付			
10:00~	選手受付 メンズフィジーク172cm 22名	観客受付 = 申込み番号順に座席並び販売 (現金)	
10:30~	選手受付 メンズフィジーク172cm超 28名	番号ごとの受付時間は別紙参照 161~180 (配布は11:20~11:30)	
11:00~	選手受付 メンズフィジーク40歳以上 13名	指定のリストバンド着用	
11:15~	選手受付 男子ボディビル チャレンジ 21名	11:00~開場 それまでは屋外待機 雨天の場合ホワイエ迄入場可能	
11:30~	選手受付終了 間隔を取り控室へ移動2m毎に1名	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)	
11:45~	ジャッジズミーティング (審査員・審査集計員・競技運営員・アンチドーピング委員・ジャッジテスト)		
開会式			
時間	ステージ	バックステージ	その他
12:00~	開会宣言 大会実行副委員長	理事長・来賓 スタンバイ	2 所要時間 - 分
12:02~	全選手入場 (板付き) メンズフィジーク 172cm 22名が整列		1
12:03~	主催者挨拶 神奈川県ボディビル・フィットネス連盟 理事長 青田正順		3
12:06~	来賓挨拶		2
12:08~	選手宣誓 メンズフィジーク172cmから代表者選出		2
12:10~	選手退場		1
12:11~	審査員紹介 (審査員席)		3
1次ピックアップ審査			
		各カテゴリ-10分前に招集完了~選手の点呼確認	
時間	ステージ	バックステージ	その他
12:15~	メンズフィジーク 172cm① (11名⇒6名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査	10
12:25~	メンズフィジーク 172cm② (11名⇒6名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査	10
12:35~	メンズフィジーク 172cm超① (14名⇒6名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査	10
12:45~	メンズフィジーク 172cm超② (14名⇒6名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査	10
12:55~	男子ボディビル チャレンジ① (10名⇒6名)	ラインナップ~規定4ポーズ~比較審査	10
13:05~	男子ボディビル チャレンジ② (11名⇒6名)	ラインナップ~規定4ポーズ~比較審査	10
2次ピックアップ審査			
		各カテゴリ-10分前に招集完了~選手の点呼確認	
13:15~	メンズフィジーク 40歳以上 (13名⇒6名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査	10
13:25~	メンズフィジーク 172cm (①+②=12名⇒6名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査	8
13:33~	メンズフィジーク 172cm超 (①+②=12名⇒6名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査	8
13:41~	男子ボディビル チャレンジ (①+②=12名⇒6名)	ラインナップ~規定4ポーズ~比較審査	10
決勝審査			
		各カテゴリ-10分前に招集完了~選手の点呼確認	
13:51~	メンズフィジーク 172cm 順位付け (1位~6位)	Iワーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (6名)	10
14:01~	メンズフィジーク 172cm超 順位付け (1位~6位)	Iワーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (6名)	10
14:11~	メンズフィジーク 40歳 順位付け (1位~6位)	Iワーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (6名)	10
14:21~	男子ボディビル チャレンジ 順位付け (1位~6位)	ラインナップ~規定7ポーズ~比較審査 (フリーポーズ無し)	10
順位発表・表彰式			
		各カテゴリ-5分前に招集完了~選手の点呼確認	
14:31~	メンズフィジーク 172cm 表彰式 (1位~6位)	ラインナップ~クォーターターン~順位発表~表彰~写真撮影	5
14:36~	メンズフィジーク 172cm超 表彰式 (1位~6位)	ラインナップ~クォーターターン~順位発表~表彰~写真撮影	5
14:41~	メンズフィジーク 40歳 表彰式 (1位~6位)	ラインナップ~クォーターターン~順位発表~表彰~写真撮影	5
14:46~	男子ボディビル チャレンジ 表彰式 (1位~6位)	ラインナップ~ポーズダウン~順位発表~表彰~写真撮影	5
14:51~	閉会宣言 大会実行副委員長 高野明紀		2
14:53	観客入替 (観客退場) 休憩 17分		19

14:50～ 場内清掃・消毒

15:10～	観客入替（観客入場）休憩 30分		30
	選手受付		
13:30～	選手受付 ビキニフィットネス エキスパート 10名		
13:45～	選手受付 メンズフィジーク50歳以上 18名	番号ごとの受付時間は別紙参照	
14:05～	選手受付 男子ボディビル エキスパート 20名	指定のリストバンド着用	
14:30～	選手受付 ボディフィットネス 4名・女子フィジーク 3名	15:10～開場 それまでは屋外待機 雨天の場合ホワイエ迄入場可能	
14:45～	選手受付終了 間隔を取り控室へ移動2m毎に1名	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）	
15:25～	ジャッジズミーティング（審査員・審査集計員・競技運営員・アンチドーピング委員・ジャッジテスト）		

開会式			
時間	ステージ	バックステージ	その他
15:40～	開会宣言 大会実行副委員長	理事長・来賓 スタンバイ	2 所要時間-分
15:42～	全選手入場（板付き） ビキニフィットネス エキスパート 10名 ボディフィットネス 4名 女子フィジーク 3名が整列		1
15:43～	主催者挨拶 神奈川県ボディビル・フィットネス連盟 理事長 青田正順		3
15:46～	来賓挨拶		2
15:48～	選手宣誓 ビキニフィットネス 平瀬奈緒子 選手（スポーツマインド寒川）		2
15:50～	選手退場		1
15:51～	審査員紹介（審査員席）		3

1次ピックアップ審査			
時間	ステージ	バックステージ	その他
15:55～	メンズフィジーク 50歳以上 ①（9名⇒6名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	10 所要時間-分
16:05～	メンズフィジーク 50歳以上 ②（9名⇒6名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	10
16:15～	男子ボディビル エキスパート ①（10名⇒6名）	ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査	10
16:25～	男子ボディビル エキスパート ②（10名⇒6名）	ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査	10

2次ピックアップ審査			
時間	ステージ	バックステージ	その他
16:35～	ビキニフィットネス エキスパート（10名⇒6名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	12
16:47～	メンズフィジーク 50歳以上（①+②=12名⇒6名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	10
16:57～	男子ボディビル エキスパート（①+②=12名⇒6名）	ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査	10

決勝審査			
時間	ステージ	バックステージ	その他
17:07～	ビキニフィットネス エキスパート 順位付け（1位～6位）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査（6名）	15
17:22～	ボディフィットネス 順位付け（1位～4位）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査（4名）	10
17:27～	メンズフィジーク 50歳以上 順位付け（1位～6位）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査（6名）	10
17:42～	女子フィジーク 順位付け（1位～3位）	ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査～60秒 フリーポーズ（3名）	10
17:52～	男子ボディビル エキスパート 順位付け（1位～6位）	ラインナップ～規定7ポーズ～比較審査～60秒 フリーポーズ（6名）	18

表彰式			
時間	ステージ	バックステージ	その他
18:10～	ビキニフィットネス エキスパート 表彰式（1位～6位）	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰～写真撮影	5
18:15～	ボディフィットネス 表彰式（1位～4位）	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰～写真撮影	5
18:20～	メンズフィジーク 50歳以上 表彰式（1位～6位）	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰～写真撮影	5
18:25～	女子フィジーク 表彰式（1位～3位）	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表～表彰～写真撮影	5
18:30～	男子ボディビル エキスパート 表彰式（1位～6位）	ラインナップ～ポーズダウン～順位発表～表彰～写真撮影	5
18:35～	閉会宣言 大会実行副委員長 谷澤一矢		2
18:37～	終了～舞台と控室 場内の後片付け	お疲れ様でした	

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。