



◆ 進行表 ◆
神奈川オープン・フィットネス大会

ボディフィットネス / ビキニフィットネス / メンズフィジーク

2024年6月15日（土） 神奈川県 / 神奈川県民ホール 小ホール

作成：神奈川県ボディビル・フィットネス連盟

8:30 役員集合 会場裏側階段前 荷物搬入

選手受付	
9:10～	選手受付 試合会場内の観客受付横にて行う、時間厳守 ウェア オイル カラーチェックは受付時間により変わる
10:10～	ジャッジズミーティング（審査員・審査集計員・競技運営員）

開会式		各カテゴリー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	所要時間
10:30～	開会宣言 大会実行委員長		2
	国旗・連盟旗掲揚（国歌吹奏）		2
	主催者挨拶		5
	来賓挨拶		6
10:50	審査員紹介		10

第1部 マスターズメンズフィジーク審査・表彰		各カテゴリー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	所要時間
11:00	メンズフィジーク40歳以上予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（13名 順位付け）	15
11:15	メンズフィジーク50歳以上172cm以下予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（7名 順位付け）	15
11:30	メンズフィジーク50歳以上172cm超予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（7名 順位付け）	15
11:45	メンズフィジーク40歳以上決勝審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（6名 順位付け）	6
11:51	メンズフィジーク50歳以上172cm以下決勝審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（6名 順位付け）	6
11:57	メンズフィジーク50歳以上172cm超決勝審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（6名 順位付け）	6
12:03	メンズフィジーク40歳以上表彰式	ラインナップ～1位～6位順位発表～表彰～撮影	4
12:07	メンズフィジーク50歳以上172cm以下表彰式	ラインナップ～1位～7位順位発表～表彰～撮影	4
12:11	メンズフィジーク50歳以上172cm超表彰式	ラインナップ～1位～7位順位発表～表彰～撮影	4
12:15	審査員交代		10

指定された時間に集合
 選手受付、(選手証提示、携帯又はPCにスクリーンショット又は紙などにあらかじめ保存することを進める)、ゼッケン・プログラム・参加賞タオルを受け取る
 コスチュームチェック時にカラーリングサロン利用証明(利用者のみ)、を提出する

受付⇒控室⇒着替え⇒移動⇒身長測定⇒カラーチェック⇒控室⇒時間になったら舞台下手へ

女子選手は控室にてコスチューム・カラーリングチェック

男子選手は大会議室隣の小会議室でコス

1:50 ←受付開始から競技開始までの時間			
受付開始	控室	人数	合計
9:10	大会議室	13	27
9:25	大会議室	7	
9:40	大会議室	7	

受付終了時間はクラス毎の開始時間より30分後

第2部 ビギナーズ・ビキニフィットネス審査・表彰		各カテゴリー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	所要時間
12:25	ビギナーズフィットネス 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (11名 順位付け)	15
12:40	ビキニフィットネス(35歳以上)160cm以下 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (4名 順位付け)	15
12:55	ビキニフィットネス(35歳以上)160cm超 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (5名 順位付け)	15
13:10	ビギナーズフィットネス 決勝審査順位付け	ラインナップ～規定3ポーズ (1位～6位順位付け)	6
13:16	ビキニフィットネス(35歳以上)160cm以下 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ(スリーステップフワード)～クォーターターン～比較審査 (1位～4位順位付け)	10
13:26	ビキニフィットネス(35歳以上)160cm超 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ(スリーステップフワード)～クォーターターン～比較審査 (1位～5位順位付け)	10
13:36	ビギナーズフィットネス 表彰式	ラインナップ～1位～6位順位発表～表彰～写真撮影	4
13:40	ビキニフィットネス(35歳以上)160cm以下 表彰式	ラインナップ～1位～4位順位発表～表彰～写真撮影	4
13:44	ビキニフィットネス(35歳以上)160cm超 表彰式	ラインナップ～1位～5位順位発表～表彰～写真撮影	4
13:48	審査員交代		10

受付開始	控室	人数	合計
10:35	第1楽屋	11	20
10:50	第1楽屋	4	
11:05	第1楽屋	5	

受付終了時間はクラス毎の開始時間より30分後

第3部 -メンズフィジーク168cm/172cm審査・表彰		各カテゴリー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	所要時間
13:58	メンズフィジーク168cm以下① 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (13名 順位付け)6名選出	15
14:13	メンズフィジーク168cm以下② 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (14名 順位付け)6名選出	15
14:28	メンズフィジーク172cm以下① 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (11名 順位付け)6名選出	15
14:43	メンズフィジーク172cm以下② 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (12名 順位付け)6名選出	15
14:58	メンズフィジーク168cm以下 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (12名 順位付け)	6
15:04	メンズフィジーク172cm以下 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (12名 順位付け)	6
15:10	メンズフィジーク168cm以下 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (1位～6位順位付け)	6
15:16	メンズフィジーク172cm以下 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (1位～6位順位付け)	6
15:22	メンズフィジーク168cm以下 表彰式	ラインナップ～1位～6位順位発表～表彰～写真撮影	4
15:26	メンズフィジーク172cm以下 表彰式	ラインナップ～1位～6位順位発表～表彰～写真撮影	4
15:30	審査員交代		10
15:40			0
15:40			0

受付開始	控室	人数	合計
12:08	大会議室	13	49
12:23	大会議室	14	
12:38	大会議室	11	
12:53	大会議室	11	

受付終了時間はクラス毎の開始時間より30分後

第4部 ビキニ・ボディフィットネス審査・表彰			
時間	ステージ	バックステージ	所要時間
15:40	ビキニフィットネス160cm以下 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (7名 順位付け)	15
15:55	ビキニフィットネス160cm超 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (6名 順位付け)	15
16:10	ボディフィットネス 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (3名 順位付け)	15
16:25	ビキニフィットネス160cm以下 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ(スリーステップフォワード)～クォーターターン～比較審査 (1位～7位順位付け)	10
16:35	ビキニフィットネス160cm超 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ(スリーステップフォワード)～クォーターターン～比較審査 (1位～6位順位付け)	10
16:45	ボディフィットネス 決勝審査順位付け	Tウオーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (1位～4位順位付け)	10
16:55	ビキニフィットネス160cm以下 表彰式	ラインナップ～1位～7位順位発表～表彰～写真撮影	5
17:00	ビキニフィットネス160cm超 表彰式	ラインナップ～1位～6位順位発表～表彰～写真撮影	5
17:05	ボディフィットネス 表彰式	ラインナップ～1位～3位順位発表～表彰～写真撮影	5
17:10	審査員交代		10
17:20			0
17:20			0
17:20			0
17:20			0
17:20			0
17:20			0

受付開始	控室	人数	合計
13:50	第2楽屋	7	17
14:05	第3楽屋	6	
14:20	第4楽屋	4	

受付終了時間はクラス毎の開始時間より30分後

第5部 メンズフィジーク176cm/180/180超 審査・表彰			
時間	ステージ	バックステージ	所要時間
17:20	メンズフィジーク176cm以下 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (9名 順位付け)	15
17:35	メンズフィジーク180cm以下 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (13名 順位付け)	15
17:50	メンズフィジーク180cm超 予選審査順位付け	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (7名 順位付け)	15
18:05	メンズフィジーク176cm以下 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (1位～6位順位付け)	6
18:11	メンズフィジーク180cm以下 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (1位～6位順位付け)	6
18:17	メンズフィジーク180cm超 決勝審査順位付け	Iウオーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (1位～7位順位付け)	6
18:23	メンズフィジーク176cm以下 表彰式	ラインナップ～1位～6位順位発表～表彰～写真撮影	5
18:28	メンズフィジーク180cm以下 表彰式	ラインナップ～1位～6位順位発表～表彰～写真撮影	5
18:33	メンズフィジーク180cm超 表彰式	ラインナップ～1位～6位順位発表～表彰～写真撮影	5
18:38			0
18:38			0
18:38	閉会宣言 大会実行副委員長		2

受付開始	控室	人数	合計
15:30	大会議室	9	29
15:45	大会議室	13	
16:00	大会議室	7	

受付終了時間はクラス毎の開始時間より30分後