

2021湘南オープンボディビル・フィットネス大会

10月24日

選手受付 観客入場10:00～

1部	9:10～	メンズフィジーク50歳以上	12名
	9:20～	メンズフィジーク40歳以下172cm以下	32名
	9:35～	メンズフィジーク40歳以下172cm以上	30名
	9:50～	メンズフィジーク40歳以上	10名
2部	11:00～	ビキニフィットネス	13名
	11:15	男子ボディビル	24名

舞台進行 開会宣言/審査員紹介

10:30～	1部	メンズフィジーク50歳以上	12名	pickup	10名	
11:40～		メンズフィジーク40歳以下172cm以下	32名	pickup	10名	
10:55～		メンズフィジーク40歳以下172cm以上	30名	pickup	10名	
		ラインナップ～クォーターターン～比較審査				
11:10～		メンズフィジーク40歳以上	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査	
11:20～		メンズフィジーク50歳以上	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査	
11:30～		メンズフィジーク40歳以下172cm以下	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査	
11:40～		メンズフィジーク40歳以下172cm以上	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査	
		ラインナップ～クォーターターン～比較審査				
11:50～		メンズフィジーク40歳以上	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰	
11:55～		メンズフィジーク50歳以上	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰	
12:00～		メンズフィジーク40歳以下172cm以下	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰	
12:05～		メンズフィジーク40歳以下172cm以上	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰	
		Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査				
12:10～		メンズフィジーク40歳以上	6名	表彰式		
12:15～		メンズフィジーク50歳以上	6名	表彰式		
12:20～	メンズフィジーク40歳以下172cm以下	6名	表彰式			
12:25～	メンズフィジーク40歳以下172cm以上	6名	表彰式			
	ラインナップ～表彰					
12:30～	休憩 (10分)					
12:40～	2部	ビキニフィットネス	13名	pickup	10名	
		ラインナップ～クォーターターン～比較審査				
		男子ボディビル	24名		10名	
		ラインナップ～クォーターターン～規定4ポーズ				
13:00～		ビキニフィットネス	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査	
		ラインナップ～クォーターターン～比較審査				
		男子ボディビル	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査	
		ラインナップ～クォーターターン～規定7ポーズ				
13:20～		ビキニフィットネス	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰	
		Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査				
		男子ボディビル	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰	
		ラインナップ～クォーターターン～規定7ポーズ (フリーポーズ無し)				
13:30～		ビキニフィットネス	6名	表彰式		
		男子ボディビル	6名	表彰式		
		ラインナップ～表彰				
		閉会宣言				
13:40～	休憩 (50分)					
	お客様 入れ替え 退場20分 場内整備					

選手受付 観客乳児用14:00～

1部	13:10	～	男子ジュニア	6名
	13:15	～	男子マスタース40歳以上	4名
	13:20		男子マスタース50歳以上	10名
	13:30	～	男子マスタース60歳以上	11名
	13:40	～	男子マスタース70歳以上	2名
	13:45	～	男子ニューカマー	4名
2部	15:10	～	女子フィジーク	13名
	15:20	～	男子ボディビル	14名

舞台進行 開会宣言/審査員紹介

14:30	～	男子ジュニア	6名	順位付け	1位～6位⇒3位以内決勝審査
14:35	～	男子マスタース40歳以上	4名	順位付け	1位～4位⇒3位以内決勝審査
14:40	～	男子マスタース50歳以上	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査
14:50	～	男子マスタース60歳以上	11名	順位付け	1位～11位⇒6位以内決勝審査
15:00	～	男子マスタース70歳以上	2名	順位付け	1位～2位⇒2位以内決勝審査
15:05	～	男子ニューカマー	4名	順位付け	1位～4位⇒3位以内決勝審査
ラインナップ～クォーターターン～規定7ポーズ					
15:10	～	男子ジュニア	3名	決勝審査	1位～3位⇒表彰
15:15	～	男子マスタース40歳以上	3名	決勝審査	1位～3位⇒表彰
15:20	～	男子マスタース50歳以上	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰
15:30	～	男子マスタース60歳以上	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰
15:40	～	男子マスタース70歳以上	2名	決勝審査	1位～2位⇒表彰
15:45	～	男子ニューカマー	3名	決勝審査	1位～3位⇒表彰
フリーポーズ(1分間)～ラインナップ					
15:50	～	男子ジュニア	3名	1位～3位⇒表彰	
15:55	～	男子マスタース40歳以上	3名	1位～3位⇒表彰	
16:00	～	男子マスタース50歳以上	6名	1位～6位⇒表彰	
16:10	～	男子マスタース60歳以上	6名	1位～6位⇒表彰	
16:20	～	男子マスタース70歳以上	2名	1位～2位⇒表彰	
16:25	～	男子ニューカマー	3名	1位～3位⇒表彰	
ラインナップ～表彰					
16:30	～	女子フィジーク	12名	pickup	10名
16:40	～	男子ボディビル	14名	pickup	10名
ラインナップ～クォーターターン～規定4ポーズ					
16:50	～	女子フィジーク	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査
17:00	～	男子ボディビル	10名	順位付け	1位～10位⇒6位以内決勝審査
ラインナップ～クォーターターン～規定7ポーズ					
17:10	～	女子フィジーク	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰
17:20	～	男子ボディビル	6名	決勝審査	1位～6位⇒表彰
フリーポーズ(1分間)～ラインナップ					
17:30	～	女子フィジーク	6名	1位～6位⇒表彰	
17:35	～	男子ボディビル	6名	1位～6位⇒表彰	
ラインナップ～表彰					

競技終了/閉会宣言