



◆ 進行表 ◆
神奈川県フィットネス選手権大会
 フィットネス・ピキナスオープンレギンス
 2026年7月4日(土) 神奈川県 / 茅ヶ崎市民文化会館 大ホール

作成：神奈川県ポピュラーフィットネス連盟

8:30 役員集合 会場裏側楽屋口 荷物搬入

時間	ステージ	進行	所要時間
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~	ジャッジミーティング (審査員・審査集計員・競技運営員)		
開 会 式 選手集合はありません			
10:30~	開会宣言		2
	国旗・連盟旗掲揚 (国歌吹奏)		2
	主催者挨拶 大会実行委員長 松浦勝彦		5
10:40	審査員紹介		20

選手は下記受付時間に楽屋口に集合
 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・参加賞を受け取る
 ダブルエントリーの者はゼッケンをまとめて受
 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→控室で待機→
 身長測定→カラーチェック→控室→時間
 になったら舞台上下手へ
 男子・女子選手は選手受付隣の楽屋に
 てコスチューム・カラーリングチェック

控室 展示室 A, B, C
 練習室 2, 3, 4

1:50 ←受付開始から競技開始
 までの時間

時間	ステージ	進行	所要時間
第1部 マスターズメンズフィジーク/ピキニフィ트니스 各カテゴリ10分前に招集完了~選手の点呼確認			
11:00	メンズフィジーク40歳以上172cm以下級予選審査順位付け	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1位~12位順位付け)	12
11:12	メンズフィジーク40歳以上172cm超級予選審査順位付け	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1位~8位順位付け)	12
11:24	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 (1位~14位順位付け)	12
11:36	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 (1位~11位順位付け)	12
11:48	メンズフィジークジュニア決勝審査順位付け	1クォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1位~3位順位付け)	5
11:53	メンズフィジーク40歳以上172cm以下級決勝審査順位付け	1クォーク~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)	5
11:58	メンズフィジーク40歳以上172cm超級決勝審査順位付け	1クォーク~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)	5
12:03	メンズフィジーク50歳以上172cm以下級決勝審査順位付け	1クォーク~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)	5
12:08	メンズフィジーク50歳以上172cm超級決勝審査順位付け	1クォーク~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)	5
12:13	ピキナスレギンス決勝審査順位付け	ラウンド1, 2審査 比較審査 (6名 順位付け)	12
12:25	ピキニフィ트니스35歳以上160cm以下級決勝審査順位付け	1クォーク~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
	ピキニフィ트니스160cm以下級(受付)	35歳以上クラスと同時受付	
12:35	ピキニフィ트니스35歳以上160cm超級決勝審査順位付け	1クォーク~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~3位順位付け)	10
	ピキニフィ트니스160cm超級(受付)	35歳以上クラスと同時受付	
12:45	ホディフィ트니스 決勝審査順位付け	1クォーク~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
12:55	審査員交代		40

受付開始	控室	人数	合計
9:10	展示室A	12	48
9:22	展示室A	8	
9:34	展示室B	14	
9:46	展示室B	11	
9:58	展示室A	3	

10:23	練習室4	6	29
10:35	練習室2	6	
10:45	練習室2	7	
10:45	練習室2	3	
10:55	練習室2	3	
10:55	練習室4	4	

時間	ステージ	進行	所要時間
第2部 メンズフィジーク 各カテゴリ10分前に招集完了~選手の点呼確認			
13:35	メンズフィジーク168cm以下級 ビックアップ審査	ラインナップ~クォーターターン19名~12名	12
13:47	メンズフィジーク172cm以下級 ビックアップ審査	ラインナップ~クォーターターン25名~12名	12
13:59	メンズフィジーク176cm以下級 ビックアップ審査	ラインナップ~クォーターターン21名~12名	1
14:00	メンズフィジーク180cm以下級 ビックアップ審査	ラインナップ~クォーターターン19名~12名	12
	メンズフィジーク180cm超級(受付)	受付	0
14:12	ピキニフィ트니스160cm以下級決勝審査順位付け	1クォーク~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
14:22	ピキニフィ트니스160cm超級決勝審査順位付け	1クォーク~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~3位順位付け)	10
14:32	メンズフィジーク168cm以下級 予選審査	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (12名 順位付け)	12
14:44	メンズフィジーク172cm以下級 予選審査	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (12名 順位付け)	12
14:56	メンズフィジーク176cm以下級 予選審査	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (12名 順位付け)	12
15:08	メンズフィジーク180cm以下級 予選審査	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (12名 順位付け)	12
15:20	メンズフィジーク180cm超級 予選審査	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (9名 順位付け)	10
15:30	メンズフィジーク168cm以下級 決勝審査順位付け	1クォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (6名 順位付け)	5
15:35	メンズフィジーク172cm以下級 決勝審査順位付け	1クォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (6名 順位付け)	5
15:40	メンズフィジーク176cm以下級 決勝審査順位付け	1クォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (6名 順位付け)	5
15:45	メンズフィジーク180cm以下級 決勝審査順位付け	1クォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (6名 順位付け)	5
15:50	メンズフィジーク180cm超級 決勝審査順位付け	1クォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (6名 順位付け)	5
15:55	審査員交代		7

受付開始	控室	人数	合計
11:45	展示室C	19	93
11:57	展示室C	25	
12:09	展示室C	21	
12:10	展示室C	19	
12:22	展示室C	9	

各クラスの参加人数はダブルエントリーを
 合せて延べ人数

参加選手の観戦席は2階後方に用意し
 ています、2部より参加の選手は観客受
 付にて確認をとり入場できます
 1部参加の選手はリストバンドを掲示して
 入場することができます

ピキニフィ트니스・メンズフィジークの各ク
 ラス表彰は上位6名、レギンスは6名

時間	ステージ	進行	所要時間
第3部 オーバーオール審査・表彰式 各カテゴリ10分前に招集完了~選手の点呼確認			
16:02	メンズフィジークジュニア表彰式	ラインナップ~1位~3位順位発表~表彰~写真撮影	5
16:07	メンズフィジーク40歳以上172cm以下級表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
16:13	メンズフィジーク40歳以上172cm超級表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
16:19	メンズフィジーク50歳以上172cm以下級表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
16:25	メンズフィジーク50歳以上172cm超級表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
16:31	ピキナスレギンス表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
16:37	ピキニフィ트니스35歳以上160cm以下級表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
16:43	ピキニフィ트니스35歳以上160cm超級表彰式	ラインナップ~1位~3位順位発表~表彰~写真撮影	6
16:49	ピキニフィ트니스160cm以下級 表彰式	ラインナップ~1位~7位順位発表~表彰~写真撮影	6
16:55	ピキニフィ트니스160cm超級 表彰式	ラインナップ~1位~3位順位発表~表彰~写真撮影	6
17:01	ホディフィ트니스 表彰式	ラインナップ~1位~4位順位発表~表彰~写真撮影	6
17:07	メンズフィジーク168cm以下級 表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
17:13	メンズフィジーク172cm以下級 表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
17:19	メンズフィジーク176cm以下級 表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
17:25	メンズフィジーク180cm以下級 表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
17:31	メンズフィジーク180cm超級 表彰式	ラインナップ~1位~6位順位発表~表彰~写真撮影	6
17:37	ピキニフィ트니스 オーバーオール審査	各クラス1位(4名) をラインナップ比較審査 1位を選出	6
17:43	メンズフィジーク オーバーオール審査	各クラス1位(10名) ラインナップ比較審査 1位を選出	8
17:51	ピキニフィ트니스オーバーオール表彰式	1位発表~表彰~写真撮影	3
17:54	メンズフィジーク オーバーオール表彰式	1位発表~表彰~写真撮影	3
17:57	閉会宣言 大会実行副委員長 久坂		2

0:30 ←前に 表彰式 控室集合時間	控室	人数	合計
15:32	展示室	3	21
15:37	展示室	6	
15:43	展示室	6	
15:49	展示室	6	
15:55	展示室	6	
16:01	練習室4	6	29
16:07	練習室2	6	
16:13	練習室2	3	
16:19	練習室2	7	
16:25	練習室2	3	
16:31	練習室4	4	30
16:37	展示室	6	
16:43	展示室	6	
16:49	展示室	6	
16:55	展示室	6	
17:01	展示室	6	

7/5開催の神奈川県体重別とオープンク
 ラシクフィジークの前日検量を
 7/4(土)17:00~19:00に行います
 楽屋口選手受付へお集まりください