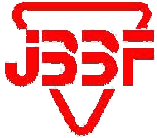


2018年進行表

2018 湘南オープンボディビル・フィットネス大会



平成30年10月21日(日) 寒川町民センター

作成：神奈川県ボディビル・フィットネス連盟 競技運営委員会

会場準備				
時間	内容		詳細	その他
8:30	役員集合(ホール入り口) 部署ミーティング		謝金・Tシャツ引き換え券	
10:00	観客入場			
11:00	昼食弁当を観客受付受取		和室控室に配置	

選手受付				
時間	内容		詳細	その他
9:30	選手受付 湘南地域選手のゼッケンは地域外選手と同じものを使用		プログラム・ゼッケン 終了後ゼッケンとTシャツ交換	
10:10	選手受付終了		身長測定は受付横で計測 10:30まで	
10:15	ジャッジズミーティング			

開会式					
時間	ステージ		バックステージ	照明	緞帳
	開会宣言 大会実行委員長 青田正順				
10:30	全選手入場 (板付き)		10:15選手整列 服装ジャージ		ドン上げ
	主催者挨拶 一般社団法人寒川総合スポーツクラブ理事長 中川千明				
	来賓祝辞 寒川町長 木村俊雄 様				
	選手宣誓		審査員スタンバイ		
	選手退場				ドン下げ
10:50	審査員紹介 (ドン前)		そのまま審査員席へ		

湘南オープンボディビル・フィットネス大会					(各カテゴリー開始15分前に召集完了)	
時間	ステージ		バックステージ	照明	緞帳	
11:00	湘南地域メンズフィジーク	順位付け 15名→(表彰6位)	ラッパアップ ~クォーター		ドン上げ	
11:10	湘南地域男子ボディビル	順位付け 5名(表彰5位)	ラッパアップ ~基本ポーズ(比較審査)			
11:20	メンズフィジーク 172cm以下	ピックアップ 27名→12名	ラッパアップ ~クォーター			
11:25	メンズフィジーク 172cm超	ピックアップ 21名→12名	ラッパアップ ~クォーター			
11:40	オープン男子ボディビル	ピックアップ 26名→12名	ラッパアップ ~基本ポーズ(比較審査)			

全てのピックアップ終了後、控室にて決勝寝室者発表

休憩 40分				
決勝審査				
時間	ステージ		詳細	緞帳
12:40	フィットネスビキニ 158cm以下	順位付け 5名	リョーク〜クォーター〜3ステップ フォワード	ドン上げ
12:55	フィットネスビキニ 158cm超	順位付け 4名	リョーク〜クォーター〜3ステップ フォワード	
13:10	メンズフィジーク 50才以上	順位付け 5名	リョーク〜ライノッグ〜クォーター	
13:20	メンズフィジーク 172cm以下	順位付け 12名	リョーク〜ライノッグ〜クォーター	
13:35	メンズフィジーク 172cm超	順位付け 12名	リョーク〜ライノッグ〜クォーター	
13:50	オープン男子ボディビル	順位付け 12名	ラッパアップ ~基本ポーズ(比較審査)	ドン下げ

14:05	プレゼント抽選会 事前にチケット購入者に抽選で記念Tシャツをプレゼント			
ポーズダウン〜表彰式				
14:20	湘南地域メンズフィジーク	1位~6位	ラッパアップ ~クォーター〜順位発表	ドン上げ
	湘南地域男子ボディビル	1位~5位	ポーズダウン〜順位発表	
	フィットネスビキニ 158cm以下	1位~5位	ラッパアップ ~クォーター〜順位発表	
	フィットネスビキニ 158cm超	1位~4位	ラッパアップ ~クォーター〜順位発表	
	メンズフィジーク 50才以上	1位~5位	ラッパアップ ~クォーター〜順位発表	
	メンズフィジーク 172cm以下	1位~12位	ラッパアップ ~クォーター〜順位発表	
	メンズフィジーク 172cm超	1位~12位	ラッパアップ ~クォーター〜順位発表	
	オープン男子	1位~12位	ポーズダウン〜順位発表	
15:30	閉会宣言: 大会実行副委員長 谷澤一矢		閉会宣言はオープン選手残す	ドン下げ
	終演		舞台/場内後片付け	

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後することがありますので、選手は各自出場クラスに合わせ進行状況を確認しながら準備を行って下さい。