



◆ 2025年 進行表 ◆

石川県ボディビル・フィットネス選手権大会
石川県ボディビル・フィットネスオープン大会

2025年 7月 27日 (日) 金沢市 / 石川県文教会館

石川県ボディビル・フィットネス連盟 作成

8:30 役員スタッフ集合 スタッフミーティング

9:00	～9:25 1部選手受付	選手権大会57名
	ウェア・オイル・カラーチェック	カラー・コスチュームチェック ・選手ミーティング 楽屋内でコスチューム着用 ゼッケンを付けて待機
	ジャッジズミーティング	
9:50	開場	

10:15	開会宣言	石川県ボディビル・フィットネス連盟 副理事長 北野明美
開 会 式		
	主催者挨拶	石川県ボディビル・フィットネス連盟 理事長 小中秀俊
	来賓挨拶	馳 浩 石川県知事兼名誉会長
	審査委員長、審査員、審査集計員紹介	

第1部 石川県選手権大会		
ピックアップ審査		
		各カテゴリ-10分前に舞台袖招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認整列
	石川県メンズフィジーク	(19名→12名) クォーターターン～左右入れ替え～クォーターターン×2 ～ピックアップ審査
	石川県男子ボディビル	(17名→12名) 規定4ポーズ～左右入れ替え～規定4ポーズ～ピックアップ審査

予選審査		
	石川県男子ボディビル50歳以上の部	(1位～6位順位付け) クォーターターン～規程7ポーズ～左右入れ替え～規定7ポーズ
	石川県男子ボディビル新人の部	(1位～10位順位付け) クォーターターン～規程7ポーズ～左右入れ替え～規定7ポーズ～比較審査
	石川県クラシックフィジーク	(1位～11位順位付け) クォーターターン～規程7ポーズ～左右入れ替え～規定7ポーズ～比較審査
	石川県メンズフィジーク	(1位～12位順位付け) クォーターターン～左右入れ替え～クォーターターン～比較審査
	石川県男子ボディビル一般の部	(1位～12位順位付け) クォーターターン～規程7ポーズ～左右入れ替え～規定7ポーズ～比較審査

決勝審査		
11:40	石川県男子ボディビル新人の部	(10名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ
	石川県男子ボディビル50歳以上の部	(6名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ 12:00～12:30 2部選手受付
	石川県ビキニフィットネス	(4名) Iウォーク～スリステップ° フォワード～左右入れ換え～クォーターターン
	石川県クラシックフィジーク ラウンド1	(1位～6位順位付け) クォーターターン～左右入れ替え～クォーターターン
	石川県クラシックフィジーク ラウンド2	(6名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ
	石川県メンズフィジーク	(6名) Iウォーク～クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～ラインナップ
	石川県男子ボディビル一般の部	(12名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ

表彰式		
	石川県男子ボディビル新人の部	ポーズダウン 表彰 写真撮影
	石川県男子ボディビル50歳以上の部	ポーズダウン 表彰 写真撮影
	石川県ビキニフィットネス	ラインナップ 表彰 写真撮影
	石川県メンズフィジーク	ラインナップ 表彰 写真撮影
	石川県クラシックフィジーク	ポーズダウン 表彰 写真撮影
	石川県男子ボディビル一般の部	ポーズダウン 表彰 写真撮影
	優勝者全員による写真撮影 石川県選手権閉会	1部終了予定時間 (13:30)

13:30	休憩	12:30～ カラーコスチュームチェック 選手ミーティング 楽屋内でコスチューム着用 ゼッケンを付けて待機 メンズフィジーク、クラシックフィジーク検量
-------	----	---

第2部 石川県ボディビル・フィットネスオープン大会

ピックアップ審査

各カテゴリ-10分前に舞台袖招集完了～選手の点呼確認 ゼッケン確認整列

14:00	男子ボディビル	(17名→12名)クォーターターン～規程4ポーズ～左右入れ換え～規程4ポーズ～比較審査
	予選審査	
	メンズフィジーク 168cm以下級	(13名→6名) クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク 172m以下級	(11名→6名) クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク 176cm以下級	(14名→6名) クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク40歳以上級	(8名→6名) クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク50歳以上級	(12名→6名) クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～比較審査
	クラシックフィジーク 予選審査	(14名→6名) バキニムス→クォーターターン→規定7ポーズ～左右入れ換え～規程7ポーズ～比較審査
	男子ボディビル	(12名) クォーターターン～規程7ポーズ～左右入れ換え～規程7ポーズ～比較審査

決勝審査

15:20	フィットモデル ラウンド1 ワンピーススィムスーツ	(1名) Iウォーク～スリステップ フォワード～クォーターターン
	ウエルネス	(2名) Iウォーク～スリステップ フォワード～クォーターターン
	マスキュラーフィジーク	(1名) Iウォーク～クォーターターン～ラインナップ
	ボディフィットネス	(2名) Tウォーク～クォーターターン ラインナップ
	ビキニフィットネス 40歳未満	(4名) Iウォーク～スリステップ フォワード～左右入れ換え～クォーターターン
	ビキニフィットネス 40歳以上	(7名) Iウォーク～スリステップ フォワード～左右入れ換え～クォーターターン
	クラシックフィジーク ラウンド1	バキニムス→クォーターターン→規定7ポーズ～左右入れ換え～規定7ポーズ
	メンズフィジーク 168cm以下級	Iウォーク～クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～ラインナップ
	メンズフィジーク 172m以下級	Iウォーク～クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～ラインナップ
	メンズフィジーク 176cm以下級	Iウォーク～クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～ラインナップ
	メンズフィジーク 180cm以下級	Iウォーク～クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～ラインナップ
	メンズフィジーク 180cm超級	(3名) Iウォーク～クォーターターン ラインナップ
	メンズフィジーク40歳以上級	Iウォーク～クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～ラインナップ
	メンズフィジーク50歳以上級	Iウォーク～クォーターターン～左右入れ換え～クォーターターン～ラインナップ
	フィットモデル ラウンド2 イブニングドレス	(1名) Iウォーク～スリステップ フォワード～クォーターターン
	クラシックフィジーク ラウンド2 6名	フリーポーズ60秒→ラインナップ
	ボディビル 決勝審査	(12名) 1分間フリーポーズ～ラインナップ

17:00頃	ゲストポーズ ※進行状況により前後することがあります	大谷美咲選手 2024年オールジャパンウエルネス・アーノルドクラシック優勝 扇谷開登選手 2024年男子ボディビル日本選手権4位
--------	-------------------------------	---

表彰式

	フィットモデル	ラインナップ 表彰	1名
	ウエルネス	ラインナップ 表彰	2名
	マスキュラーフィジーク	ラインナップ 表彰	1名
	ビキニフィットネス 40歳未満	ラインナップ 表彰	4名
	ビキニフィットネス 40歳以上	ラインナップ 表彰	7名
	ボディフィットネス	ラインナップ 表彰	2名
	ビキニフィットネスオーバーオール審査	ラインナップ クォーターターン	2名
	メンズフィジーク 168cm以下級	ラインナップ 表彰	6名
	メンズフィジーク 172m以下級	ラインナップ 表彰	6名
	メンズフィジーク 176cm以下級	ラインナップ 表彰	6名
	メンズフィジーク 180cm以下級	ラインナップ 表彰	6名
	メンズフィジーク 180cm超級	ラインナップ 表彰	3名
	メンズフィジーク40歳以上級	ラインナップ 表彰	6名
	メンズフィジーク50歳以上級	ラインナップ 表彰	6名
	クラシックフィジーク	ラインナップ ポーズダウン 表彰	6名
	メンズフィジークオーバーオール審査 (比較)	ラインナップ クォーターターン	7名

	ボディビル	ラインナップ ポーズダウン 表彰	12名
	ビキニフィットネスオーバーオール表彰	舞台袖から優勝のみコール	
	メンズフィジークオーバーオール表彰	舞台袖から優勝のみコール	
	カテゴリー優勝者写真撮影		
	閉会宣言		

終了予定19:00