



# ◆ 2022年 進行表 ◆

## 第4回 埼玉県フィットネスOPEN大会

(ビキニフィットネス / メンズフィジーク)

2022年 7月30日 (土) 埼玉県 / 志木市民会館パルシティ

作成：公益社団法人 日本ボディビル・フィットネス連盟 競技運営委員会

選手受付			
08:20～	選手受付 ビキニフィットネス～メンズフィジーク50歳・40歳～メンズフィジーク168cm～ (当日身長測定 審査委員会/選手強化委員会)		
	ウェア オイル カラーチェック (審査委員会/選手強化委員会) 計測 当日 8:30～		
09:40～	ジャッジズミーティング (審査員・審査集計員・競技運営員・アンチドーピング委員・ジャッジテスト)		
10:00～	開会宣言 大会実行委員長 大嶋ひろみ		所要時間 2
開 会 式			
時間	ステージ	バックステージ	その他
10:02～	主催者挨拶 埼玉県ボディビル・フィットネス連盟会長 朝生照雄		2
10:04～	審査員紹介 (審査員席)		3
第1部 ピックアップ			
時間	ステージ	バックステージ	その他
10:07～	メンズフィジーク 50歳以上級 (16名⇒8名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	ド上げ 10
10:17～	メンズフィジーク 168cm以下級 (30名⇒12名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	15
第1部 ラウンド1・予 選			
10:32～	ビキニフィットネス 158cm以下級 (1位～9位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (9名→4名)	12
10:44～	ビキニフィットネス 163cm以下級 (1位～12位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (12名→6名)	12
10:56～	ビキニフィットネス 163cm超級 (1位～6位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (6名→3名)	10
11:06～	メンズフィジーク 50歳以上級 (1位～8位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (8名)	10
11:16～	メンズフィジーク 40歳以上級 (1位～13位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (13名→6名)	14
11:30～	メンズフィジーク 168cm以下級 (1位～12位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (12名)	14
第1部 ラウンド2・決 勝			
11:44～	ビキニフィットネス 158cm以下級 (1位～4位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～3ステップフォワード (4名)	6
11:50～	ビキニフィットネス 163cm以下級 (1位～6位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～3ステップフォワード (6名)	8
11:58～	ビキニフィットネス 163cm超級 (1位～3位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～3ステップフォワード (3名)	5
12:03～	メンズフィジーク 50歳以上級 (1位～8位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン (8名)	7
12:10～	メンズフィジーク 40歳以上級 (1位～6位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン (6名)	7
12:17～	メンズフィジーク 168cm以下級 (1位～12位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン (12名)	12
第1部 表 彰 式			
時間	ステージ	バックステージ	その他
12:29～	ビキニフィットネス 158cm以下級 (1位～4位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
12:32～	ビキニフィットネス 163cm以下級 (1位～6位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
12:35～	ビキニフィットネス 163cm超級 (1位～3位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
12:38～	ビキニフィットネス オーバーオール審査 (3名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン (3名)	3
12:41～	メンズフィジーク 50歳以上級 (1位～8位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
12:44～	メンズフィジーク 40歳以上級 (1位～6位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
12:47～	メンズフィジーク 168cm以下級 (1位～12位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
12:50～	ビキニフィットネス オーバーオール表彰式 (1位)	1位発表～表彰	2
12:52～	休 憩 38分 (昼食～第2部 準備)		ド下げ 38

208 = 3:28

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後する事がありますので、選手は各自出場クラスに合わせて進行状況を確認しながら準備をお願いします。

第2部 選手受付

11:30～	選手受付 メンズフィジーク172cm / 176cm / 180cm / 180cm超級 (当日身長測定 審査委員会/選手強化委員会)	
	ウェア オイル カラチェック (審査委員会/選手強化委員会) 計測 当日 11:30～	

第2部 ピックアップ

各カテゴリ-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	その他
13:30～	メンズフィジーク 172cm以下級 (30名⇒12名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	ドン上げ 18
13:48～	メンズフィジーク 176cm以下級 (35名⇒12名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	20
14:08～	メンズフィジーク 180cm以下級 (18名⇒8名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査	15

第2部 ラウンド1・予選

各カテゴリ-10分前に招集完了～選手の点呼確認

14:23～	メンズフィジーク 172cm以下級 (1位～12位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (12名)	15
14:38～	メンズフィジーク 176cm以下級 (1位～12位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (12名)	15
14:53～	メンズフィジーク 180cm以下級 (1位～8位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (8名)	15
15:08～	メンズフィジーク 180cm超級 (1位～13位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (13名→6名)	18

第2部 ラウンド2・決勝

各カテゴリ-10分前に招集完了～選手の点呼確認

15:26～	メンズフィジーク 172cm以下級 (1位～12位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン (12名)	8
15:34～	メンズフィジーク 176cm以下級 (1位～12位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン (12名)	8
15:42～	メンズフィジーク 180cm以下級 (1位～8位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン (8名)	8
15:50～	メンズフィジーク 180cm超級 (1位～6位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン (6名)	8

第2部 表彰式

各カテゴリ-5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	その他
15:58～	メンズフィジーク 172cm以下級 (1位～12位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
16:01～	メンズフィジーク 176cm以下級 (1位～12位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
16:04～	メンズフィジーク 180cm以下級 (1位～8位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
16:07～	メンズフィジーク 180cm超級 (1位～6位)	ラインナップ～クォーターターン～順位発表～表彰	3
16:10～	メンズフィジーク オーバーオール審査 (5名)	ラインナップ～クォーターターン (5名)	3
16:13～	メンズフィジーク オーバーオール審査～表彰式 (1位)	1位発表～表彰	3

16:16～	閉会宣言 大会実行副委員長 千葉 尚(たかし)		ドン下げ 2
16:18～	埼玉県ボディビル選手権大会 準備		168 = 2:48

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後する事がありますので、選手は各自出場クラスに合わせて進行状況を確認しながら準備をお願いします。