

◆ 2024年 進行表 ◆



第6回 埼玉県メズフィジークオープン大会 第6回 埼玉県ビキニフィットネスオープン大会

2024年 8月18日 (日) 埼玉県 / 埼玉会館

選手受付等		※選手受付は9:50まで
09:00~	選手受付:メズフィジーク50歳・40歳以上級, メズフィジーク168cm以下級, 172cm以下級, 176cm以下級, 180cm以下級, 180cm超級 ビキニフィットネス158cm以下級, 163cm以下級, 163cm超級 (50歳・40歳以上級のみ出場の選手以外は、選手受付後に身長測定) ※埼玉県ポデビル選手権にも出場する選手は、フィットネスオープン受付時に一緒に受付を済ませる事	
09:30~	ウェア オイル カラーチェック (選手控室にて)	
09:50~	ジャッジズミーティング (控室にて: 審査員・審査集計員・公認競技運営員・アンチドーピング委員)	

- ※ 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。
- ※ 移動の際は大会役員の指示に従ってください。
- ※ 貴重品等は各自ご自身の責任で管理をお願いいたします。万が一、紛失、盗難等の被害に遭われましても、主催者は一切の責任を負いかねます。

開会式		各カテゴリー10分前に招集完了~選手の点呼確認	
時間	ステージ	バックステージ等	その他
10:20~	開会宣言 大会実行委員長 大嶋ひろみ 主催者挨拶 埼玉県ポデビル・フィットネス連盟会長 朝生照雄 審査員・審査集計員紹介 (審査員・審査集計員席)		ドン下げ 8

8

ピックアップ審査		各カテゴリー10分前に招集完了~選手の点呼確認	
10:28~	メズフィジーク 50歳以上級 (16名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (16名⇒8名)	ドン上げ 8
10:36~	メズフィジーク 40歳以上級 (17名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (17名⇒8名)	8
10:44~	メズフィジーク 168cm以下級 (20名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (20名⇒8名)	10
10:54~	メズフィジーク 172cm以下級 (21名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (21名⇒8名)	10
11:04~	メズフィジーク 176cm以下級 (28名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (28名⇒8名)	12
11:16~	メズフィジーク 180cm以下級 (26名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (26名⇒8名)	12

60

ラウンド1 予選審査		各カテゴリー10分前に招集完了~選手の点呼確認	
11:28~	ビキニフィットネス 158cm以下級 (7名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~7位順位付け)	8
11:36~	ビキニフィットネス 163cm以下級 (13名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~13位順位付け)	13
11:49~	ビキニフィットネス 163cm超級 (5名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~5位順位付け)	5
11:54~	メズフィジーク 50歳以上級 (8名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~8位順位付け)	10
12:04~	メズフィジーク 40歳以上級 (8名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~8位順位付け)	10
12:14~	メズフィジーク 168cm以下級 (8名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~8位順位付け)	10
12:24~	メズフィジーク 172cm以下級 (8名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~8位順位付け)	10
12:34~	メズフィジーク 176cm以下級 (8名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~8位順位付け)	10
12:44~	メズフィジーク 180cm以下級 (8名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~8位順位付け)	10
12:54~	メズフィジーク 180cm超級 (14名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査 (1~14位順位付け)	14

100

13:08~	休憩 5分		5
--------	-------	--	---

5

ラウンド2 決勝審査		各カテゴリー10分前に招集完了~選手の点呼確認	
13:13~	ビキニフィットネス 158cm以下級 (4名)	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 (1~4位順位付け)	5
13:18~	ビキニフィットネス 163cm以下級 (6名)	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 (1~6位順位付け)	7
13:25~	ビキニフィットネス 163cm超級 (3名)	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 (1~3位順位付け)	5
13:30~	メズフィジーク 50歳以上級 (8名)	Iウォーク~ラインナップ~クォーターターン (1~8位順位付け)	7
13:37~	メズフィジーク 40歳以上級 (8名)	Iウォーク~ラインナップ~クォーターターン (1~8位順位付け)	7
13:44~	メズフィジーク 168cm以下級 (8名)	Iウォーク~ラインナップ~クォーターターン (1~8位順位付け)	7
13:51~	メズフィジーク 172cm以下級 (8名)	Iウォーク~ラインナップ~クォーターターン (1~8位順位付け)	7
13:58~	メズフィジーク 176cm以下級 (8名)	Iウォーク~ラインナップ~クォーターターン (1~8位順位付け)	7
14:05~	メズフィジーク 180cm以下級 (8名)	Iウォーク~ラインナップ~クォーターターン (1~8位順位付け)	7
14:12~	メズフィジーク 180cm超級 (6名)	Iウォーク~ラインナップ~クォーターターン (1~6位順位付け)	7

※ラウンド2は全クラス共に左右の入れ替え無し

66

14:19～	休憩 5分 (表彰式準備)		5
	表彰式	各カテゴリー5分前に招集完了～選手の点呼確認	5
14:24～	ビキニフィットネス 158cm以下級 (4名)	ラインナップ～順位発表 (1～4位)	3
14:27～	ビキニフィットネス 163cm以下級 (6名)	ラインナップ～順位発表 (1～6位)	3
14:30～	ビキニフィットネス 163cm超級 (3名)	ラインナップ～順位発表 (1～3位)	3
14:33～	ビキニフィットネス オーバーオール審査 (3名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査 (1～3位順位付け)	4
14:37～	メンズフィジーク 50歳以上級 (8名)	ラインナップ～順位発表 (1～8位)	3
14:40～	メンズフィジーク 40歳以上級 (8名)	ラインナップ～順位発表 (1～8位)	3
14:43～	ビキニフィットネス オーバーオール表彰式 (1名)	1位発表～表彰	2
14:45～	メンズフィジーク 168cm以下級 (8名)	ラインナップ～順位発表 (1～8位)	3
14:48～	メンズフィジーク 172cm以下級 (8名)	ラインナップ～順位発表 (1～8位)	3
14:51～	メンズフィジーク 176cm以下級 (8名)	ラインナップ～順位発表 (1～8位)	3
14:54～	メンズフィジーク 180cm以下級 (8名)	ラインナップ～順位発表 (1～8位)	3
14:57～	メンズフィジーク 180cm超級 (6名)	ラインナップ～順位発表 (1～6位)	3
15:00～	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～比較審査 (1～5位順位付け)	8
15:08～	メンズフィジーク オーバーオール審査～表彰式 (1名)	1位発表～表彰	2
			46
15:10～	閉会宣言 大会実行副委員長 千葉 尚(たかし)		2
15:12～	終了～埼玉県ボディビル選手権大会準備 (観客入替)		ドン下げ
			2
15:12～	休憩 (昼食28分)		28