





■ シングルベンチプレス (C : 21人 ※3人ダブルエントリー)

※全選手ノーギア

No.	階級	氏名	所属	生年	検量	ベンチプレス			記録	順位
						1	2	3		
45	女子 69	柴田 昌奈	湘南BP	1981						
46	男子 59	小野田 拓馬	MMC	2004						
47		納本 英生	ウオンバツスポーツ同好会	1966						
48		川上 茂樹	ウオンバツスポーツ同好会	1971						
49		前田 昭登	東海大学付属静岡緑洋高等学校中等部	2009						
50	男子 66	鈴木 康司	ウオンバツスポーツ同好会	1978						
51	男子 74	三原 佑太	MMC	1995						
52		浅野 大亮	ウオンバツスポーツ同好会	1988						
53		山口 皓生	個人	2001						
54		伊藤 裕太	エコパジム	1989						
55		鈴木 章浩	MMC	1995						
56		古谷 和秀	ウオンバツスポーツ同好会	1978						
57		河合 佑樹	NTN共済会パワーリフティング競技部	1986						
58		藤井 亮司	ウオンバツスポーツ同好会	1979						
59	男子 83	松田 隆太郎	NTN共済会パワーリフティング競技部	1993						
60		池田 篤史	NTN共済会パワーリフティング競技部	1984						
61		小桐 快斗	FTGYM	1998						
62		日置 鴻	ウオンバツスポーツ同好会	1998						
63		大西 徹	ウオンバツスポーツ同好会	1981						
64	男子 93	外岡 孝太	個人	1978						
65		前田 智昭	静岡県駿東伊豆消防本部	1988						

## 大会スケジュール

**9 : 00 検量・コスチュームチェック**

**10 : 00 開会式**

- (1) 開会宣言
- (2) 会長挨拶
- (3) 選手宣誓
- (4) ルール説明
- (5) 事務連絡

・タンマグは用意していません。必要な場合は個人で用意した液体チョークを使用してください。

**11 : 00 競技開始**

**スクワット A (22 人) ※女子全階級、男子 59、93、105**

**12 : 10 スクワット B (22 人) ※男子 66、74、83**

**13 : 20 昼休憩**

**13 : 50 ベンチプレス A (22 人) ※女子全階級、男子 59、93、105**

**15 : 00 ベンチプレス B (22 人) ※男子 66、74、83**

**16 : 10 ベンチプレス C (18 人) ※シングルベンチ全員**

**17 : 10 デッドリフト A (22 人) ※女子全階級、男子 59、93、105**

**18 : 20 デッドリフト B (22 人) ※男子 66、74、83**

**19 : 30 競技終了・片付け**

**20 : 00 表彰式**

- (1) 表彰
- (2) 講評
- (3) 閉会宣言

**20 : 40 解散**

※進行状況により変更があります。