

# ◆2024 高知県パワーリフティング・ベンチプレスチャレンジ大会◆

(※JPA公認大会ではありません)

1. 主 管 高知県パワーリフティング協会
2. 会 場 ZIMREX 高知市高須新町1丁目12-25 TEL 088-856-5523
3. 大会日程 2024年7月7日(日)  
検量なし(自己申告)                      試合開始10時半～(開場9時半)
4. 階 級 女子 7階級 47kg、52kg、57kg、63kg、72kg、84kg、+84kg  
男子 7階級 59kg、66kg、74kg、83kg、93kg、105kg、120kg
5. 選手区分 一般(ノーギア・フルギア)
6. 申込〆切 大会当日まで可とする
7. 参加資格 満14歳以上の県内アマチュア選手(選手登録必要ありません)
8. 競技規則 日本パワーリフティング協会競技規則による
9. 服 装 服装は自由とする
10. 競技方法 JPA非公認記録会であるが、審判資格者により競技規則どおりに判定する。  
JPAルールによるラウンド制で行う。
11. 定員 20名程度とする
12. 参加費 500円 当日持参
13. 申込方法 別紙エントリー表に必要事項を記入のうえ、下記宛に郵送のこと。  
【送付先】〒781-8008 高知市潮新町2丁目6-11 WCG内  
高知県パワーリフティング協会事務局  
尚、当日申し込みも可とする
14. 注 意 ①持ち込んだゴミ類は各自で持って帰ること  
②使用する器具はジムの備品です。大事に扱ってください。

エントリー表・試技カード

2024 高知県パワーリフティング・ベンチプレスチャレンジ大会

◆出場区分 □ パワーリフティング □ ベンチプレス ※□にし点を入れること

カテゴリー	階 級	検量体重	練習のベスト記録	
・一般	男子 ・ 女子	k g	スクワット	k g
			ベンチプレス	k g
	検量担当者:	デッドリフト	k g	

No.	氏 名 (ふりがな)	年 齢	所 属 (ふりがな)
	( )	生年月日 (西暦) 年 月 日 満 才	( )

ベンチラック高さ	上から	段目	足 台	要	不要
ベンチセフティバー高さ	上から	段目	センター補助	要	不要
スクワットラック高さ	上から	段目			

種 目	1 回目	2 回目	3 回目	記 録	順 位
スクワット					
ベンチプレス					
デッドリフト					
				トータル記録	k g 第 位

誓 約 書

高知県パワーリフティング協会 御中

私は、2024 高知県パワーリフティング・ベンチプレスチャレンジ大会への出場にあたり、  
当大会により発生した傷害等の事故については、大会主催者に対し将来に渡り一切請求を  
行わないことを誓約いたします。

2024年 月 日

住 所

氏 名

印 (自署の場合は押印不要) 電話

※申込時は太枠に記入してください