

第8回 和歌山県オープンベンチプレス選手権大会
(第13回和歌山県クラシックパワーリフティング選手権大会を併催)
【実施要項】

◆主催	和歌山県パワーリフティング協会
◆後援	公益社団法人 日本パワーリフティング協会 (JPA)
◆協力	近畿ブロック内パワーリフティング協会、関西学生パワーリフティング連盟
◆日時	2026年4月12日(日) 受付・コスチュームチェック8:30 検量 9:00~10:30(女性から) 競技開始 11:00~ ※開会式・閉会式は行いません。 ※参加数により進行方法が変わる可能性があります。締め切り後HPで「進行方法」をご確認ください。
◆会場	和歌山県立体育館補助体育館 和歌山市中之島2238 TEL073-422-4108 ※会場は土足禁止、飲食禁止です。持ち込んだゴミは必ず持ち帰ってください。
◆階級	男子8階級 (53), 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, 120超 女子8階級 (43), 47, 52, 57, 63, 69, 76, 84, 84超 ※ 男子53kg級と女子43kg級はサブジュニア、ジュニアのみ
◆年齢区分	〈一般〉年齢制限なし 〈サブジュニア〉 18歳以下 〈ジュニア〉 23歳以下 〈マスターズⅠ〉 40~49歳 〈マスターズⅡ〉 50~59歳 〈マスターズⅢ〉 60~69歳 〈マスターズⅣ〉 70歳以上 〈マスターズⅤ〉 80歳以上 ※ 年齢はカレンダーイヤー(2026年12月31日現在の年齢)による
◆種目	ベンチプレス(ノーギア・フルギア:個人戦のみ)
◆ルール	JPA公認大会でありJPARルールで行います。(JPARルールを必ず確認し順守すること) 2026年からの主な新ルール ○ プレス時上半身の反動を利用しバーの上方移動を開始する行為は反則
◆表彰	各階級1~3位にメダルか盾、全員に賞状 男女MVP、敢闘賞 ※表彰式は適宜行います。
◆服装 コスチューム チェックを行う	JPARルール(ノーギア・フルギア)によるコスチューム ○ 服装・個人用具は、JPAのルール内であること ・リストラップ(※1)・ベルト(※2)・ニースリーブは使用可。シューズ(※3)着用。 ・下部下着は1枚のみで水泳トランクス、ガードル等は禁止。 ・女性がブラジャーを着用する場合、金属で補強形成のものは不可、スポーツブラ等使用可能。 ※1 幅8cm、長さ1m以内。ワッカタイプも使用可能 ※2 幅10cm、厚さ13mm以内。 ※3 シューズは、踵の高さは5cm以下、5本指、地下足袋等は使用不可 ○ ツリパン、Tシャツ(※)の着用が原則。ツリパンの代わりにハーフスパッツの着用を認める。 ※ Tシャツは、肘が確実にわかる(見える)ものを使用すること Vネック、ノースリーブ、ポケット付きは不可。 ○ ベンチシャツは、IPF公認品を使用すること ○ 選手・セコンド・コーチの全ての服装と個人用具にて、迷彩柄は禁止とする。
◆滑り止め	液体チョーク(松脂入りは不可)を使用のこと。会場でPD9(1,500円)を販売します。
◆重量申告	試技の 重量申請及び変更は申告カードを使用します。 ※ 筆記用具は必ずご用意下さい。 左側のスクリーン裏に記入用テーブルを設置します。
◆参加資格	14歳以上で2026年度JPA登録選手 ※ WPAのHPの「2026年度選手登録について」に則り登録を済ませて下さい。
◆申込方法	申込書兼記録表・誓約書用紙に必要事項を記入、押印の上して下記の送付先まで送付すること。 ※必ず、選手登録をすること(登録方法等はHPに記載) ※WPA登録希望者は2026年度和歌山パワーリフティング協会団体登録用データ表も同封のこと。
◆申込締切日	2026年3月18日(水)必着厳守=申込書兼記録表及び参加費 ※締め切り後の参加は不可、階級変更も認めない。
◆締切日の繰り上げ	申込の状況により締切日を早める場合があります。 その場合はHPに掲載いたします。申込書兼記録表の送付、及び参加費の振り込み前に必ずHPをご確認下さい。
◆送付先(問合先)	(送付先)〒640-8244和歌山市久右衛門丁38 保富泰人 TEL090-5646-4007
◆メールでの申し込み	メールでの申込みは、 h-tomi@hyper.ocn.ne.jp(保富) に午前8時から午後9時までの間に送信してください(時間厳守のこと)。受信確認の返信を送ります。 ※ 使用ファイルは、WPAのHPに掲載の本大会用ファイルを使用すること。 ※ 他のアドレスへの送付は受け付けません。
◆参加費	5,000円(ダブルエントリーは8,000円、トリプルエントリーは10,000円) 【例】 ・ノーギア(一般+マスターズⅠ)=8,000円 ・フルギア(一般)+ノーギア(一般+マスターズⅠ)=10,000円
◆出場料振込先 〈和歌山県協会 口座〉	[ゆうちょ銀行から振込]口座名義:和歌山県パワーリフティング協会 記号:14700 番号:3590151 [他金融機関からの振込]ゆうちょ銀行 店名:四七八(ヨナナチ) 普通預金 口座番号:0359015 ※ 締切日(繰り上げた場合も同様)までに上記口座へ振込むこと。 ※ 申込書を送付しても締切日までに入金がない場合はエントリーできません。 ※ 締切日以降はエントリーの取り消し、参加費の返金はできず、棄権となります。
◆競技用ラック等	ラックおよびバー BULL(ザオバ)を使用 (2枚目も必ずご確認ください)

感染症対策等について

- ◆検温 選手は会場受付で検温し、37,5度以上の場合は入場できません。
- ◆マスク着用 競技中及びアップ中の選手を除き、会場内でマスク着用は任意です。
- ◆タンマグ使用不可 炭酸マグネシウムは使用できません。液体すべり止め(松脂入りは不可)をご自分でご用意ください。会場でもPD9を1,500円で販売します。
- ◆会場内飲食禁止 会場内は水分補給以外の飲食禁止とします。食事等は外でお願いします。ペットボトル、弁当ガラ等のゴミは必ずご自分でお持ち帰りください。
- ◆アルコール消毒 会場出入口、トイレ出入口、アップ場等にアルコール消毒液を設置します。できる限り、手指の消毒をお願いします。
- ◆開会式・閉会式及び表彰式 開会式、閉会式は行いませんが、準備でき次第、適宜、表彰式のみ行ないます。