



第3回奈良県パワーリフティング選手権大会（エクイップ部門・クラシック部門）

第3回奈良県ベンチプレス選手権大会（エクイップ部門・クラシック部門）

開催要項

主催：奈良県パワーリフティング協会
主管：奈良県パワーリフティング協会
協力：大阪府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

日時：2026年9月13日（日） 受付・検量 AM9:30～ 競技開始 11:30～

※ エントリー状況によっては複数グループで試合を運営する場合があります。この場合、グループごとに受付・検量時間が変わります。エントリー確定後に HP でエントリー情報と各時間を公表いたしますのでご確認ください。

場所：いづみスクエア（いづみアリーナ）

〒636-0012 奈良県北葛城郡王寺町本町 4 丁目 645 番地の 1

電話番号：0745-72-1800

※ 駐車場が混雑する場合がありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

（アクセス：<https://maps.app.goo.gl/Knvig2ngxdotJDDo9>）



アクセス

申込締切：2026年8月23日（日）23:59 まで

- ※ エントリー、参加費の支払ともに完了しておくこと。
- ※ 大会運営上の都合で締め切り後のオープン参加は受け付けません。
- ※ エントリー公開後の出場辞退はいかなる理由でも返金いたしません。



パワーリフティング申込



ベンチプレス申込

申込：WEB エントリーのみ ※参加費の支払方法は WEB のエントリーフォーム内で選択していただけます。

パワーリフティング申込 URL：https://eventpay.jp/event_info?shop_code=2462890213347487&EventCode=C189729285

ベンチプレス申込 URL：https://eventpay.jp/event_info?shop_code=2462890213347487&EventCode=C400512363

■参加資格に関する内容

項目	内容	備考
参加資格	① 2026 年度日本パワーリフティング協会（JPA）登録選手であり、住所・勤務先（通学先）・所属ジムのいずれかが奈良県内にある方 ② 外国人選手に関しては、①の条件に該当し、日本に 1 年以上在住していること	県外で選手登録されている方 ✓ 大会への参加は可能 ✓ オープン参加扱いとなりますので、表彰対象外 ✓ 公式記録として認定 ✓ 標準記録の取得も可
選手登録	✓ 大会に出場するためには選手登録が必要です。 ✓ WEB エントリーの入力の際に選手登録番号が必要となります。未登録の方は日本パワーリフティング協会の HP から選手登録し、選手登録番号を取得してください。 (選手登録： https://powerlifting.shikuminet.jp/)	 選手登録番号が申込の締切までに確認できない場合は 参加不可

■部門等に関する内容

項目	内容	備考
開催部門	パワーリフティング及びベンチプレスとともにエクイップ部門（フルギア）とクラシック部門（ノーギア）を開催します。	両競技・両部門への ダブルエントリー可
開催 カテゴリー	一 般 満 14 歳以上 サブジュニア 満 14 歳～18 歳(2026 年内に 19 歳になる方は不可) ジ ユ ニ ア 19 歳～23 歳(2026 年内に 24 歳になる方は不可) マスターズⅠ 40 歳～49 歳(2026 年内に 50 歳になる方は不可) マスターズⅡ 50 歳～59 歳(2026 年内に 60 歳になる方は不可) マスターズⅢ 60 歳～69 歳(2026 年内に 70 歳になる方は不可) マスターズⅣ 70 歳～79 歳(2026 年内に 80 歳になる方は不可) マスターズⅤ 80 歳～ (2026 年内に 80 歳以上の方)	✓ 「一般」と「マスターズⅠ」 など、 年齢要件を満たす 場合は、両カテゴリーにダ ブルエントリー可
階級	男子 9 階級 (kg 級) 53、59、66、74、83、93、105、120、120 超 女子 9 階級 (kg 級) 43、47、52、57、63、69、76、84、84 超 階級例：66kg 級の場合、検量時に 59.01kg～66.00kg にする必要があります。	✓ 男子 53kg 級、 女子 43kg 級は（サブジュニアと ジュニアのみ） ✓ 検量時間終了までに所定 の体重に達しない場合は 失格

表彰：1～3 位にメダルを、1～6 位に賞状を授与します。 **※奈良県以外で選手登録をされている方は表彰対象外**です。

参加費：パワーリフティング：**8,500 円**、ベンチプレス：**7,000 円**

ダブルエントリー：複数の階級、参加区分にエントリー可能です。

年齢カテゴリー（ジュニアやマスターズ、一般など）のダブルエントリーのみマイナス 1,000 円となります。

※フルギアとノーギアのダブルエントリーの場合や、複数階級に出場される場合、割引適用はされません。

※パワーリフティングとベンチプレス、両方へのエントリーについても割引適用はされません。

具体的な参加費の計算方法は下記のとおりです。

割引適用される場合

（例 1）ノーギア（一般）、ノーギア（マスターズⅠ）にエントリーする場合

$$7,000 \text{ 円} + 7,000 \text{ 円} - 1,000 \text{ 円} = 13,000 \text{ 円}$$

（例 2）フルギア（一般）、ノーギア（一般）、ノーギア（マスターズⅠ）にエントリーする場合

$$7,000 \text{ 円} + 7,000 \text{ 円} + 7,000 \text{ 円} - 1,000 \text{ 円} = 20,000 \text{ 円}$$

割引適用されない場合

（例 1）フルギア（一般）、ノーギア（一般）にエントリーする場合

$$7,000 \text{ 円} + 7,000 \text{ 円} = 14,000 \text{ 円}$$

（例 2）パワーリフティング フルギア（一般）、ベンチプレスノーギア（一般）にエントリーする場合

$$8,500 \text{ 円} + 7,000 \text{ 円} = 15,500 \text{ 円}$$

ルールとコスチューム：JPA ルールブック（<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/rules-members.php#a01>）に基づいて競技を行います。

競技の前にコスチュームチェックを行います。必ず全てに目を通してからご参加ください。

当日：検量はグループ毎に区切り、ロット番号順で個々に行います。

体重、ラック高、セーフティ高、第一試技重量は検量室で申告していただきます。

また、コスチュームチェックは会場内で行います。

個人情報：個人情報の保護に適用される法令を遵守します。肖像権につきましては、次のとおり定めます。

肖像権：大会に関する肖像権は主催者に帰属します。選手の肖像、氏名、住所、年齢、競技歴及び自己紹介などの個人情報が、大会のパンフレット、リザルト、大会に関連する広告物、次回以降の大会案内、報道並びに情報メディアにおいて使用されることがあります。同情報が、大会主催者及び管轄所轄競技団体が制作する印刷物、ビデオ並びに情報メディアなどによる商業的利用をされることがあります。

問い合わせ先	
奈良県パワーリフティング協会 宮本 電話：080-1484-8831 メール： narapowerlifting@gmail.com	 メール作成

アクセス方法	
いづみスクエア（いづみアリーナ） 〒636-0012 奈良県北葛城郡王寺町本町 4 丁目 645 番地の 1 電話番号：0745-72-1800 ※ 駐車場が混雑する場合がありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。 （アクセス方法： https://maps.app.goo.gl/Knvig2ngxdotJDDo9 ） ■アクセス ①JR・近鉄王寺駅 南口 3 番のりばから「王寺ニュータウン循環・内回り」で「泉の広場」バス停下車すぐ ②JR 畠田駅から徒歩約 10 分 ③西名阪自動車道 香芝 IC から車で約 10 分	 アクセス

会場利用の注意点

- ✓ 器具の取り扱いには十分注意し、体育館の床を傷つけないようご協力をお願いします。
- ✓ 本大会では、固形の炭酸マグネシウムではなく、液体チョークを使用して下さい。なお**液体チョークは主催者側では準備しませんので各自持参**してください。
- ✓ 会場内は土足厳禁、飲食・喫煙は厳禁。（競技中の水分補給は蓋付きの容器であれば可）
- ✓ ゴミは必ず自分で持ち帰り処分してください。
- ✓ 大会中は会場内外での貴重品等は自己管理を徹底してください。（万が一の場合であっても、当協会、開催する施設責任者は一切責任を負えませんので、あらかじめご了承下さい。）

試合進行上の注意点

- ✓ 試技後 1 分以内の次試技重量申請のルールを厳格に運用します。専用のタイマーを用意します。試技判定後タイマーをスタートさせ、1 分以内に選手またはコーチからの試技カードの提出をもって重量申請を受け付けます。
（※口頭での重量申請は無効）
- ✓ 1 分以内に重量申請が間に合わなかった場合の措置
 - 申請前の試技が成功の場合、2.5kg 増の重量を運営側が申請します。
 - 申請前の試技が失敗の場合、同重量を運営側が申請します。
 - これらの措置に選手側の異議は一切認めないものとします。