

# 令和8年 第42回 高岡市パワーリフティング選手権大会・ 兼 第13回高岡市ベンチプレス選手権大会 開催要項 ＜エクイップ競技・クラシック競技＞

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日 時   | 令和8年10月4日（日）<br>受付・検量 8:30 開会式 9:30 競技開始 10:00                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 会 場   | 高岡市二上町166-2 万葉社会福祉センター体育館 TEL 0766-26-0044<br>当日問合せ・連絡先：中島 諭正（高岡市パワーリフティング協会理事長 携帯TEL：090-9768-5044）                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 主 催   | 高岡市パワーリフティング協会                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 協 力   | 富山県パワーリフティング協会                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 後 援   | （公財）高岡市スポーツ協会（公社）日本パワーリフティング協会（JPA）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 出場資格  | 令和8年度においてJPA選手登録済みの14歳以上の男女。<br>参加選手は、JPAホームページでのオンライン手続きにより選手登録を完了しておくこと。<br>選手登録されていない場合は、チャレンジの部に参加することができる。ただし、順位は無し、記録は非公認となる。                                                                                                                                                                                                                                              |
| 競技規定  | JPAの競技規則に基づき、エクイップ競技とクラシック競技を実施する<br>□エクイップ競技：吊りパン及びTシャツ着用。スーパースーツ、ベンチTシャツ、ニーラップ使用可<br>□クラシック競技：リフティングスーツ（吊りパン）とTシャツの着用厳守 ニースリーブ使用可<br>スパッツ、短パンの着用は不可<br>□エクイップ競技・クラシック競技：リストラップ、ベルト使用可 タンクトップは不可<br>□デッドリフト競技ではTシャツを着用、ロングシングレット着用者以外は膝下までのハイソックス着用<br>□滑り止めの付いたソックスは不可。五本指ソックスは可。五本指シューズは不可<br>□エクイップ競技とクラシック競技は同時進行 ダブルエントリーは不可<br>□申込階級と当日の検量が相違する場合は、失格（競技参加は可 記録は非公認、順位なし） |
| 使用器具  | スクワットラック／ベンチ台はパワーライン シャフトはエレイコを使用                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 階 級   | 男子：53※、59、66、74、83、93、105、120、120kg超級<br>女子：43※、47、52、57、63、69、76、84、84kg超級<br>※男子53kg級、女子43kg級はジュニア、サブジュニアのみ                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 表 彰   | パワーリフティング競技、ベンチプレス競技ともに、エクイップ、クラシック別に男女とも各級3位まで（表彰状）<br>優秀選手賞 パワーリフティング競技、ベンチプレス競技ともに、エクイップ、クラシック別に男女ともに、男女各1名                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 参 加 費 | 一般＝4,000円 大学生・専門学校生・高校生・中学生＝3,000円 チャレンジ＝5,000円 当日徴収                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 申 込 み | ○インターネットからの申込は下記URLをクリックし、申し込むこと。<br><a href="https://forms.gle/DWfC4UTKfaESozFK7">https://forms.gle/DWfC4UTKfaESozFK7</a><br>○参加申込書送付による申込は、富山県パワーリフティング協会ホームページの申込フォームに必要事項を記入し、下記あてに送付又はFAX送信のこと。<br>〒939-1116 高岡市戸出吉住337 高岡市パワーリフティング協会 理事長 中島 諭正<br>TEL兼FAX 0766-63-0484 携帯090-9768-5044                                                                                    |
| 締 切 日 | 令和8年9月14日（月）＜プログラム作成の関係から期日厳守＞                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 注意事項  | <p>① 電話での申込み、締切日を過ぎての申込みは原則受け付けません。</p> <p>② 会場内では安全上の注意事項を厳守すること。特に、競技エリアには選手と大会運営関係者以外の立ち入りを禁止します。</p> <p>③ 会場内は土足禁止となっています。内履きをご用意ください。</p> <p>④ ゴミは各自持ち帰り、会場に残さないようご協力ください。</p> <p>⑤ 駐車場は施設正面の駐車場をなるべく利用せず、裏の駐車場をご利用ください。</p> <p><b>※大会当日の欠場報告は義務です。当日の運営に支障をきたします。必ず連絡すること。</b></p> |
| そ の 他 | <p>審判、大会運営等の役員協力者には、昼食弁当や飲み物を用意します。</p>                                                                                                                                                                                                                                                  |

令和8年 第42回 高岡市パワーリフティング選手権大会・  
兼 第13回高岡市ベンチプレス選手権大会 参加申込書兼記録表

・出場の種目に必ず✓をつけ、太枠内及び誓約書欄に記入し、申し込んで下さい。

☐ パワーリフティング エクイップ  
☐ ベンチプレス エクイップ

☐ パワーリフティング クラシック  
☐ ベンチプレス クラシック

| No.                 | 申込階級   | 氏 名(ふりがな)                                                                                 | ID番号   | 性 別                                                        | 生年月日(西暦)                                                |
|---------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
|                     | kg級( ) |                                                                                           |        | <input type="checkbox"/> 男子<br><input type="checkbox"/> 女子 | 年 月 日<br>カレンダーイヤー ____ 歳                                |
| 参加区分(✓をつける)         |        | <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> サブジュニア |        |                                                            |                                                         |
| 検 量                 | セッショ   | コート                                                                                       | 所属都道府県 | 所属クラブ・団体                                                   |                                                         |
| kg                  |        | A ・ B                                                                                     |        |                                                            |                                                         |
| 本大会への意気込み、キャッチフレーズ等 |        |                                                                                           |        |                                                            | 県記録挑戦の予定                                                |
|                     |        |                                                                                           |        |                                                            | <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし |

|                                                                |                                                            |           |    |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------|----|
| スクワットのラック高さ                                                    | cm (穴 個目)                                                  | 自 己 ベ ス ト |    |
| <同セーフティバー高さ>                                                   | cm (穴 個目)                                                  |           |    |
| ベンチプレスのラック高さ                                                   | cm (穴 個目)                                                  |           |    |
| 同セーフティバー高さ                                                     | cm (穴 個目)                                                  |           |    |
| 同センター補助 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要 | 同足台 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要 |           |    |
|                                                                |                                                            | スクワット     | kg |
|                                                                |                                                            | ベンチプレス    | kg |
|                                                                |                                                            | デッドリフト    | kg |
|                                                                |                                                            | トータル      | kg |

※会場で検量時、第1試技の重量とラック高さを記入して提出すること。

|        | 第1試技  | 第2試技 | 第3試技 | ベスト | IPF Points | 種目別順位 |
|--------|-------|------|------|-----|------------|-------|
| スクワット  | kg    | kg   | kg   | kg  |            |       |
|        | 変更 kg |      |      |     |            |       |
| ベンチプレス | kg    | kg   | kg   | kg  |            |       |
|        | 変更 kg |      |      |     |            |       |
|        |       |      | 小 計  |     |            |       |
| デッドリフト | kg    | kg   | kg   | kg  |            |       |
|        | 変更 kg |      | kg   |     |            |       |
|        | kg    |      |      |     |            |       |
| IPF 係数 |       |      | トータル | kg  |            | 順 位   |
|        |       |      | 特別表彰 |     |            |       |

誓 約 書

(公社)日本パワーリフティング協会 御中  
高岡市パワーリフティング協会 御中

令和 年 月 日

・本大会の参加に際して、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をおかけ致しません。又、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。

・尚、本大会の参加者本人を含む会場風景や競技中の写真を、JPA、富山県協会、高岡市協会(以下、JPA等という)が主催開催する大会の案内用ポスター、プログラム、JPA等のホームページへの掲載等、JPA等の事業活動のために利用されることについて、了承します。

・又、日本アンチ・ドーピング機構が定めるドーピング防止規程及び関係規則類を遵守し、JPAのアンチ・ドーピング活動に従います。

住 所 〒

TEL

FAX

氏 名

E-mail: