

〔4〕パワーリフティング競技

1 期 日 2026年9月26日(土)から9月27日(日)まで(2日間)

種 別	9月26日(土)	9月27日(日)
成年男子	59～66 kg級 決勝	74～120 kg超級 決勝
成年女子	全階級 決勝	

2 会 場 藤崎市 スポーツプラザ藤崎

3 種別(種目)及び参加人員

種 別	監 督	選 手	参加 都道府県	小 計	合 計
成年男子		2	47	96	191
成年女子		1	47	48	
監督(共通)	1		47	47	

※各都道府県予選会にて成年男子及び成年女子の選手選考を行う。

※監督については、男子・女子種別共通として1名推薦すること。

4 競技上の規定及び方法

(1) 競技規則

公益社団法人日本パワーリフティング協会(以下「JPA」という)の競技規則による。

(2) 競技方法

ア 実施種目はスクワット・ベンチプレス・デッドリフトの3種目。各種目を3試技行い、トータル挙上重量で順位を決定する。

イ 成年男子の階級は次のとおりとし、階級ごとに決勝を行う。

階 級：59 kg、66 kg、74 kg、83 kg、93 kg、105 kg、120 kg、120 kg超級

ウ 成年女子の階級は次のとおりとし、階級ごとに決勝を行う。

階 級：47 kg、52 kg、57 kg、63 kg、69 kg、76 kg、84 kg、84 kg超級

(3) 服装

JPA競技規則のノーギアによる服装に準ずる。

5 予選方法

(1) 都道府県大会

ア 成年男子及び成年女子は都道府県予選会にて代表を選考する。都道府県予選会はJPA加盟の各都道府県協会が主管として実施する。成年男子2名、成年女子1名

なお、開催県は成年男子4名、成年女子2名とする。

イ 各階級で1位となった選手の内、IPFポイントの大きい選手から選考する。1位の選手で充足しない場合は、同様の手順で2位の選手から選考することができる。

ウ 都道府県予選会の結果成績は、大会終了後 1 週間以内に所属ブロックのブロック長に提出すること。

6 参加資格

(1) 選手について

ア 予選会（都道府県大会、ブロック大会等）に参加し、選考された者であること。

イ 原則として、大会開催年の 4 月 1 日現在、18 歳以上で日本国籍を有する JPA 登録選手とする。ただし、日本国籍を有していない者であっても、過去 1 年以上適法な資格に基づいて日本に滞在している 18 歳以上で、JPA に選手登録している者は参加できる。

ウ 選手の所属都道府県については、住民票によって証明される住所地において 1 年以上の居住をし、かつ、当該住所地の都道府県協会に選手登録していることを必要とする。学生は学生連盟に選手登録していることを必要とする。

なお、選手から希望があれば、勤務地（※就学先は認めない）の住所地を管轄する都道府県協会に登録することを選択できるものとする。この場合、勤務先の在籍証明書の提出を要する。ただし、異なる都道府県協会の重複登録は認めない。

上記の選手登録は、JPA のホームページからオンライン手続きにより行うものとし、交付された会員番号を参加申込書に記載しなければならない。この会員番号の記載がない場合、第 80 回大会公開競技への参加は認めず、申込書を受理せず返却する。

エ 健康対策について事前チェックを行うこと。

オ 事前にドーピング防止講習会を受講した選手であること（Web による講習会を含む）シクミネットにて必ず確認すること。大会に参加する選手で、事前にドーピング防止講習会を受講していない選手は、大会に出場することができない。講習会の受講証明書は有効期限内（2025 年 9 月 19 日から 2026 年 7 月 31 日の間に JPA 主催の講習会を受講していること。）であること。

尚、講習会は 2026 年 9 月 25 日（金）19：00～、26 日（土）19：00～より、大会会場にて開催予定。申し込みについては、シクミネットの「イベント」より選択、応募多数の際は着順となります。（現地講習会は今大会参加者向けではありません）

カ 「使用医薬品・サプリメント申告書」を提出すること。

参加申込書が提出されても記名捺印した「使用医薬品・サプリメント申告書」の同時提出がないと、第 80 回大会公開競技への参加は認められない。申込書を受理せず返却する。

キ 都道府県スポーツ協会等に加盟していない地方協会であっても、協会として組織活動をしていれば所属の登録選手は参加資格を有する。協会としての組織活動がない都道府県に住所地を置く選手は参加できない。

(2) 監督について

ア 監督は都道府県ごとに 1 名選任するものとし、日本国籍を有する者であること。

また、公益財団法人日本スポーツ協会公認パワーリフティングコーチ 1、スタートコーチ 1 の資格を有する者とする。

なお、選手は監督を兼任することができる。

イ 監督の所属都道府県については、大会開催年の4月1日現在、住民票によって証明される住所地において1年以上の居住をし、かつ、当該住所地の都道府県協会に役員として所属していることを必要とする。

ウ 監督は本大会に帯同を基本とする。

エ 監督は、JADAの「日本アンチ・ドーピング規程」違反を理由として資格停止の対象となっていないこと。また、ドーピングに関連して、JPAの「ドーピング防止規程」に基づく処分や、同じく、ドーピングに関連して、刑事上有罪または所属する団体、事業所等で職務上の処分を受けていないこと。

7 表彰

(1) 成年男子及び成年女子は、階級別に第1位から第6位まで賞状を授与する。

(2) 都道府県団体戦の第1位から第6位までに表彰状を授与する。

団体戦得点表（1都道府県の内、上位5人までが得点対象）

1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位 以下
12点	9点	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点

(3) 団体戦の得点が同点の場合は、1位の選手が多い方を上位とする。1位の選手も同数の場合は成年男子のIPFポイントの高い選手方を上位とする。

(4) 選手、監督、競技役員を含めて参加者全員に参加章を与える。

8 参加申込方法

(1) 参加申込みは、都道府県協会単位で取りまとめ、2026年8月1日（土）必着で行うこと。

(2) 参加申込みに際しては、公開競技事務局宛てに次の書面を提出すること。

ア 参加選手全員の参加申込書（JPA会員番号を必ず記入）

イ 監督を含む選手団名簿

ウ ドーピング防止講習会の受講証明書

エ 使用医薬品・サプリメント申告書

オ 監督の資格要件である公益財団法人日本スポーツ協会公認パワーリフティングコーチ1、スタートコーチ1の資格の認定が確認できる書類の写し

カ 参加負担金の口座振込みを証明する書類の写し

(3) 送付先は下記のとおりとする。

〒030-0845 青森県青森市緑三丁目8番2号-202 青森県パワーリフティング協会 事務局 阿部 靖
--

(4) 問合わせ

青森県パワーリフティング協会 事務局 阿部 靖

電話番号 090-9747-3606

E-mail : knikken2@yahoo.co.jp

(5) 送付された参加申込書、選手団名簿及び関連書類等は、公開競技事務局又はJPA本部

から開催市町村実行委員会へ必要なものを送付する。

- (6) 参加申込締切後の選手交代は認めない。

9 参加負担金

選手の参加負担金は一人 10,000 円とする。人数分を都道府県協会単位で取りまとめて、2026 年 7 月 31 日（金）までに下記の口座に振込みを完了すること。

*参加申込み後の返金はしない。

振込先

ゆうちょ銀行 【店名】八四八 【普通口座】1121882 【口座名】アベ ヤスシ
--

10 参加上の注意

- (1) 各都道府県の代表選手及び監督においては、着用するジャージや競技に際して使用するツリパン、Tシャツ等に所属の都道府県名を表示することを推奨する。
- (2) 競技会場では安全上の注意事項を厳守すること。詳細は別途通知する。
- (3) 参加者に傷害保険をかけているため、大会期間中万一会場で怪我をした場合は、公開競技事務局に申し出ること。
- (4) 申込階級と大会当日の検量体重が相違した場合は失格となる
- (5) 競技エリアには選手・セコンド及び運営協力者以外の立ち入りを禁止する
- (6) 使用機材：ラック、シャフト
- (7) 事前検量用体重計は、大会会場にて 25 日、26 日、共に午後 4 時～午後 6 時の設置とする。
- (8) 本大会への選手・役員としての参加に際し、開催期間中に発生した事故やトラブルに関して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は一切の責任を負わない。
- (9) 本大会開催中に収録した写真や映像は、会場内外の上映用スクリーン・印刷物・テレビ放送・インターネット配信等の各種媒体において使用される場合がある事を了承頂きます場合がある。
- (10) 会場や競技中の写真、映像を、JPA 或いは主管協会が作成する各種の PR 用媒体で利用する場合がある。
- (11) 本大会では JPA のアカウントによるライブ中継を予定している。

11 個人情報の取り扱いについて

参加申込書（同意書を含む）に記載された個人情報については、以下の「青の煌めきあおもり国スポ」に関する業務に使用する。また、申込時点で本人の同意が得られたこととする。

- (1) 青の煌めきあおもり国スポへの参加意思及び参加人数の確認
- (2) 競技参加資格の確認（年齢、性別、所属、保護者の同意等）
- (3) 参加案内等の送付
- (4) 競技別プログラムの作成
- (5) 賞状等の筆耕
- (6) 競技の結果、映像、写真等の記録業務への使用及び広報誌、インターネット等への掲載

12 その他

選手は参加に当たり、付属資料に示す健康対策に基づいて自己診断チェックを行うこと。

※大会当日の欠場報告は義務である（主管協会へ必ず連絡をすること）

青森県パワーリフティング協会 理事長 太田 勇吉 TEL：090-4314-6260