

第4回 北海道・東北ブロックベンチプレス選手権大会 (北海道開催) 開 催 要 項



1. 日 時 2026年11月15日(日)
検量開始08:15から(予定) 競技開始10:15から(予定)
進行スケジュール:各階級のグループ配置は、申込締切後ホームページに掲載予定
2. 会 場 洞爺湖文化センター
〒049-5721 北海道虻田郡洞爺湖町洞爺湖温泉142-130 Tel0142-75-4400
3. 主 催 (公社)日本パワーリフティング協会 北海道・東北ブロック
(一社)北海道パワーリフティング協会
4. 主 管 kawagoe.training.GYM
5. 後援(予定) (公社)日本パワーリフティング協会 北海道 (公財)北海道スポーツ協会
洞爺湖町 洞爺湖町体育協会
6. 競技方法 JPAルールに基づく クラシック・エキップ個人戦
※クラシックベンチはパワーベルト・リストラップ・ニースリーブのみ装具と認める
※申込み後の階級変更はオープン参加とする(記録の取扱いはJPAルールブックに準じる)
※北海道・東北ブロック協会所属以外の選手のオープン参加は認めない
7. 部 門 **A部門:クラシック** **B部門:エキップ**
8. カテゴリー ①サブジュニア②ジュニア③一般(すべての年齢)
④マスターズⅠ⑤マスターズⅡ⑥マスターズⅢ⑦マスターズⅣ⑧マスターズⅤ
※部門間のダブルエントリーのみ認める
※日本記録の挑戦はM3・M4・M5のみ可能(上記⑥～⑧)
9. 階 級 男子:59kg級・66kg級・74kg級・83kg級・93kg級・105kg級・120kg級・120kg超級
(Sjr・Jrのみ53kg級)
女子:47kg級・52kg級・57kg級・63kg級・69kg級・76kg級・84kg級・84kg超級
(Sjr・Jrのみ43kg級)
10. 参加資格 ①満14歳以上の心身ともに健全なアマチュア選手
②北海道・東北地区のパワーリフティング協会の所属選手であること
③過去1年以上北海道・東北地区に適法滞在している外国籍の選手
④2026年度のJPA選手登録を完了している選手
⑤「摂取医薬品・サプリメント申告書」を提出すること(提出がない場合は出場不可)
11. 参 加 料 **各カテゴリー:10,000円**
12. 表 彰 失格者を除く全出場選手に賞状をWEB配布(各自DLのこと)
男女それぞれ部門、カテゴリー毎に、各階級1～3位にメダルを授与
最優秀選手:年齢別・カテゴリー毎に、IPFポイント最上位の選手に賞状をWEB配布
(各自DLのこと)
13. 申込み方法 シクミネット <https://powerlifting.shikuminet.jp/events/> のみ対応
居住地、練習場所の市町村所在地、公式記録を申告すること(プログラムに記載する)
14. 先着制度 ・参加申し込みは120名程度を上限とし先着制度で締め切る
・受付完了後に支払いされなかった場合、24時間経過後に自動的に申込みがキャンセル。
・コンビニ・ペイジー決済は、支払い期限が切れた場合、自動的に申込みがキャンセル。
・申し込みを一度キャンセルした場合は正当な理由を除き本大会の参加は認めない
15. 申込期間 2026年9月25日00:00から 10月16日18:00まで(先着制度120名程度)
16. 変更事項 本開催要項に関し、変更が生じる場合は北海道協会HPにて周知する。
17. 問合わせ先 シクミネット内に記載
18. その他 撮影、物品及び技能の提供並びに販売等に対する申請に関する事項はJPA「撮影及び物品提供等の承認に関する規程」に準じる