

# 白馬村パワーリフティング&ベンチプレス記録会

## 2026年開催要項

- ◆ 日 時 令和8年7月5日(日)  
※具体的な時間割は、申込み締め切り後にNPAホームページで発表します。
- ◆ 会 場 チームレスキュージム  
〒399-9211  
住所、長野県北安曇郡白馬村神城22200-42  
電話番号090-4292-4401
- ◆ 主 催 白馬村パワーリフティング協会
- ◆ 主 管 ”
- ◆ 後 援 白馬村スポーツ協会
- ◆ 検 量 AM9:00~10:30 開会式 AM10:30~ 競技開始 AM11:00~

### 参加資格

資 格 満14歳以上の男女で、令和8年度JPA登録選手であり(チャレンジの部を除く)、かつ、住所、勤務先、所属ジムの何れかが長野県内にある方

階 級 男子 : 59kg/66kg/74kg/83kg/93kg/105kg/120kg/120kg 超級  
(ジュニア・サブジュニアのみ53kg)  
女子 : 47kg/52kg/57kg/63kg/69kg/76kg/84kg/84kg 超級  
(ジュニア・サブジュニアのみ43kg)

年齢別 シニア : 満14歳以上全年齢(競技者の年齢は満14歳以上の者であること)

サブジュニア : 満14歳~18歳(カレンダーイヤーを基準とする)

ジュニア : 19歳~23歳(カレンダーイヤーを基準とする)

マスターⅠ : 40歳~49歳(カレンダーイヤーを基準とする)

マスターⅡ : 50歳~59歳(カレンダーイヤーを基準とする)

マスターⅢ : 60歳~69歳(カレンダーイヤーを基準とする)

マスターⅣ : 70歳~79歳(カレンダーイヤーを基準とする)

マスターⅤ : 80歳以上

シニア以外のカテゴリーにおいては、カレンダーイヤー(12月31日まで)にて出場区分をする。

(例) 8月1日で24歳になるA選手は、その年の1月1日以降、たとえ大会日が23歳であっても、ジュニア選手ではない。また、ジュニア記録を更新しても認められない。

競技方法 JPA競技規則に基づくノーギヤ競技とフルギヤ競技  
三種目&ベンチプレスによる個人戦

### 服 装

(ノーギヤの部)

リフティングスーツ(ツリパン)とTシャツの着用を原則とし、イクップメントは不可。  
尚、ツリパンの代わりにスパッツまたは体に密着する短パンの着用を認める。

ベンチシャツは使用禁止

リストラップ、ニースリーブ、ベルトは使用可

(フルギヤの部)

パワー、イクップメント使用可

## 表彰個人戦 男女別各階級 記録証

費用 一般 5000 円 高校生 3000 円 中学生 2000 円

※3 種目とダブルエントリーする場合、合算。

申込方法 所定の参加申込書兼記録カードに、参加区分・出場階級・氏名・生年月日・所属・連絡先 その他必要事項を記入し、下記メールアドレスか住所まで、メールもしくは郵送して下さい。

- ◆ 郵送先住所 チームレスキュージム  
〒399-9211  
.住所, 長野県北安曇郡白馬村神城22200-42  
電話番号090-4292-4401  
メールアドレス ok1999rescue@yahoo.co.jp

### 参加費支払い～大会当日 (申し込みをされて、当日不参加の場合支払い義務あり)

締切 令和8年6月19日(金) 必着 (締切後の申込みは、オープン参加)

※ 締切日を過ぎてから参加をとりやめた場合、参加費は返却されません。

### エントリー表及び競技スケジュール

締め切り後、大会日の約2週間前に エントリー表・競技スケジュールをホームページに掲載します。

### 注意事項

- ① 各自で事前に健康チェックを行い、健康管理には万全を期して参加してください。
- ② 怪我、盗難及びトラブルに関しては、参加者自身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おいませぬのでご了承下さい。また、会場内では安全上の注意事項を厳守してください。
- ③ 競技エリアには、選手と大会関係者以外の立ち入りを禁止します。
- ④ ゴミは各自で持ち帰り、会場に残さないようご協力ください。

### 個人情報等の取扱いについて

- ① 本大会の参加申込書等に記載された個人情報は、次の目的以外には使用しません。
  - ◆本大会の準備・運営・結果発表(氏名・年齢・所属・記録の公表)
  - ◆今後の大会・講習会等のご案内通知
- ② 本大会に参加される選手、関係役員及びスタッフを含めた会場風景や競技中の写真を主催者が作成する各種のPR用ポスター、NPAが主催する大会案内用ポスター、NPAホームページ、フェイスブック時報への掲載等、NPAの事業活動のために利用することがあります。

# 2026白馬村ベンチプレス記録会

参加申込書 兼 記録カード

2026年7月5日

選手登録番号

太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上申し込んでください。  
該当する箇所に を入れてください

【区分】登録選手の部 <input type="checkbox"/> フルギヤ <input type="checkbox"/> ノーギヤ / <input type="checkbox"/> チャレンジベンチの部						
【カテゴリー】						
<input type="checkbox"/> Sジュニア <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> シニア <input type="checkbox"/> マスターズI <input type="checkbox"/> マスターズII <input type="checkbox"/> マスターズIII <input type="checkbox"/> マスターズIV <input type="checkbox"/> マスターズV						
NO	セッション	階級	氏名(ふりがな)	生年月日		
		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子		19	年	月
		kg級		大会当日満		才
検量		JPA所属団体登録クラブ・団体名※それ以外は個人				
	kg					

## コスチューム (フルギア)

リストラップ	ツリパン	ベルト	Bシャツ	シューズ	その他	検印

## 記録カード

種目	1回目	2回目	3回目	変更1回	変更2回	記録	順位
BP	Kg	Kg	Kg	Kg	Kg	Kg	位
ラック高	セーフティー高			足台 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	補助 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無		

## 誓約書

令和 年 月 日

白馬村パワーリフティング協会御中

本大会の参加に際して、開催期間中に発生した事故及び主管協会に一切の迷惑をお掛け致しません。又、将来にわたって一切の請求をしない事を誓約いたします。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主催者が作成する各種のPR用ポスター、JPA・NPAが主催する大会案内用ポスター、JPA・NPAのホームページ、JPAの時報への掲載等、JPA・NPAの事業活動のために利用されることについて了承いたします。又、日本アンチ・ドーピング防止規定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

印

E-MAIL

※大会事務局使用欄

参加費

備考

# 2026白馬村パワーリフティング記録会 参加申込書兼記録表

・予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上、申し込んで下さい。

2026/7/5 チームレスキュージム

No.	申込階級	氏名 (ふりがな)	性別	生年月日 (西暦)
	kg級 ( )		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	年 月 日 カレンダーイヤー 歳
参加区分に チェック	<input type="checkbox"/> フルギア <input type="checkbox"/> ノーギア <input type="checkbox"/> チャレンジの部 <input type="checkbox"/> SJ <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> MI <input type="checkbox"/> MII <input type="checkbox"/> MIII <input type="checkbox"/> MIV <input type="checkbox"/> MV		選手登録番号	
検量	セッション	コート	JPA 所属団体登録クラブ・団体名 ※それ以外は個人	
kg		一面実施		
本大会への意気込み、キャッチフレーズ等				

※会場で検量後、スクワット・ベンチプレス・デッドリフトの第1試技重量とラック高を記入し提出すること

スクワットラックの高さ	
ベンチプレスラックの高さ	
セーフティーバーの高さ	
センター補助 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要	足台 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要

	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト	
スクワット	kg	kg	kg	kg	
	変更 <input type="checkbox"/> kg				
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	
	変更 <input type="checkbox"/> kg				
			小 計		
デッドリフト	kg	kg	kg	kg	
	変更 <input type="checkbox"/> kg		変 <input type="checkbox"/> kg		
			トータル	kg	

## 誓約書

白馬村・長野県パワーリフティング協会 御中

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、大会主催者及び北信越ブロックの協会に一切の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が主催する大会や北信越ブロックの協会が開催する大会の案内用ポスターやプログラム、JPA及び北信越ブロックの各協会ホームページへの掲載、JPA時報への掲載等を含め、JPAと北信越ブロックの協会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:

★大会事務局欄 参加費