

◆ 2023年度 ◆
第6回 栃木県 フィットネス オープン大会

2023年 07月 23日 (日) 栃木県宇都宮市 / 栃木県総合文化センター サブホール

作成 : 公益社団法人 日本ボディビル・フィットネス連盟 競技運営委員会

選手受付/ミーティング	
09:00~	選手受付~ 新人メンズフィジーク172cm・ピギナースフィットネス 9:00→ 172cm超 9:10→ 40歳以上 9:20 (選手は時間に遅れずに受付を済ませる事)
	身長測定~オイル・カラーチェック
09:30~	ジャッジズ・ミーティング 会館開場 09:00~ 予定

開会式			
時間	ステージ	バックステージ	その他
10:00~	開会宣言 大会実行委員長		2
10:02~	国旗・連盟旗掲揚 (国歌吹奏)		2
10:04~	主催者会長挨拶 栃木県ボディビル・フィットネス連盟会長		3
10:07~	来賓挨拶		3
10:10~	審査員紹介(板付き)		3

第1部 ピックアップ		選手は10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列
10:13~	栃木県オープン 新人メンズフィジーク172cm	ピックアップ (17名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン 16
10:25~	栃木県オープン 新人メンズフィジーク172cm超	ピックアップ (17名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン 16
10:37~	栃木県オープン マスターズメンズフィジーク40歳以上	ピックアップ (16名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン 16

第1部 プレジャッジ (予選審査)		選手は10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列
10:49~	ピギナースフィットネス	予選審査 (1~13位順位付け) ラインナップ~クォーターターン 16
11:01~	栃木県オープン 新人メンズフィジーク172cm	予選審査 (1~12位順位付け) ラインナップ~クォーターターン 16
11:13~	栃木県オープン 新人メンズフィジーク172cm超	予選審査 (1~12位順位付け) ラインナップ~クォーターターン 16
11:25~	栃木県オープン マスターズメンズフィジーク40歳以上	予選審査 (1~12位順位付け) ラインナップ~クォーターターン 16

第1部 ファイナル (決勝審査)		各カテゴリー10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列
11:37~	ピギナースフィットネス	決勝審査 (6名) ラインナップ~規定3ポーズ 10
11:45~	栃木県オープン 新人メンズフィジーク172cm	決勝審査 (6名) ウォーキング~ラインナップ~クォーターターン 10
11:53~	栃木県オープン 新人メンズフィジーク172cm超	決勝審査 (6名) ウォーキング~ラインナップ~クォーターターン 10
12:01~	栃木県オープン マスターズメンズフィジーク40歳以上	決勝審査 (6名) ウォーキング~ラインナップ~クォーターターン 10

12:23~	休憩 (5分)	5
--------	---------	---

第1部 ポーズダウン (順位発表) ~表彰式		各カテゴリー5分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列
12:27~	ピギナースフィットネス	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~6位) 4
12:30~	栃木県オープン 新人メンズフィジーク172cm	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~6位) 4
12:33~	栃木県オープン 新人メンズフィジーク172cm超	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~6位) 4
12:36~	栃木県オープン マスターズメンズフィジーク40歳以上	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~6位) 4

12:39~	昼休憩 (昼食 55分)	55
--------	--------------	----

241 = 4時間01分

第2部 選手受付	
11:30~	選手受付~ メンズフィジーク168cm 11:30→ 172cm 11:40→ 176cm 11:50→176cm超 12:00→
	ボディフィットネス・ピキニフィットネス158cm 12:10→ ピキニフィットネス163cm・163cm超 12:20
	身長測定~オイル・カラーチェック

第2部 ピックアップ		選手は10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列	
時間	ステージ	バックステージ	その他
13:15~	栃木県オープン メンズフィジーク168cm	ピックアップ (22名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン 18	
13:30~	栃木県オープン メンズフィジーク172cm	ピックアップ (21名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン 18	
13:45~	栃木県オープン メンズフィジーク176cm	ピックアップ (17名⇒12名) ラインナップ~クォーターターン 18	

※記載されている時刻は全て予定です
 進行上前後することがありますので 選手は各自出場クラスに合わせ進行状況を確認しながら準備を行って下さい
 進行上同点審査等が発生する場合があります 選手は選手係の指示に常に対応できるようにしてください

第2部 プレジャッジ (予選審査)				
14:00~	栃木県オープン メンズフジーク168cm	予選審査 (1~12位順位付け)	ラインナップ~クォーターターン	16
14:14~	栃木県オープン メンズフジーク172cm	予選審査 (1~12位順位付け)	ラインナップ~クォーターターン	16
14:28~	栃木県オープン メンズフジーク176cm	予選審査 (1~12位順位付け)	ラインナップ~クォーターターン	16
14:42~	栃木県オープン メンズフジーク176cm超	予選審査 (1~13位順位付け)	ラインナップ~クォーターターン	18

第2部 ファイナル (決勝審査)				
各カテゴリー10分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列				
14:58~	栃木県オープン ボディフィットネス	決勝審査 (1~2位順位付け)	ウォーキング~クォーターターン	5
15:03~	栃木県オープン ピクニフィットネス158cm	決勝審査 (1~4位順位付け)	ウォーキング~クォーターターン~スリーステップフォワード	10
15:10~	栃木県オープン ピクニフィットネス163cm	決勝審査 (1~5位順位付け)	ウォーキング~クォーターターン~スリーステップフォワード	10
15:19~	栃木県オープン ピクニフィットネス163cm超	決勝審査 (1~7位順位付け)	ウォーキング~クォーターターン~スリーステップフォワード	10
15:27~	栃木県オープン メンズフジーク168cm	決勝審査 (6名)	ウォーキング~ラインナップ~クォーターターン	10
15:35~	栃木県オープン メンズフジーク172cm	決勝審査 (6名)	ウォーキング~ラインナップ~クォーターターン	10
15:43~	栃木県オープン メンズフジーク176cm	決勝審査 (6名)	ウォーキング~ラインナップ~クォーターターン	10
15:51~	栃木県オープン メンズフジーク176cm超	決勝審査 (6名)	ウォーキング~ラインナップ~クォーターターン	10

15:59~	休憩 (5分)			5
--------	---------	--	--	---

第2部 順位発表~表彰式				
各カテゴリー5分前に招集完了~点呼確認 ゼッケン確認 整列				
16:03~	栃木県オープン ボディフィットネス	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~2位)		4
16:06~	栃木県オープン ピクニフィットネス158cm	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~4位)		4
16:09~	栃木県オープン ピクニフィットネス163cm	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~5位)		4
16:12~	栃木県オープン ピクニフィットネス163cm超	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~7位)		4
16:15~	栃木県オープン メンズフジーク168cm	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~6位)		4
16:18~	栃木県オープン メンズフジーク172cm	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~6位)		4
16:21~	栃木県オープン メンズフジーク176cm	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~6位)		4
16:24~	栃木県オープン メンズフジーク176cm超	ラインナップ 順位発表~表彰 (1位~6位)		4

16:27~	閉会宣言 大会実行副委員長			2
16:29~	舞台 場内後片付け			

234 = 3時間54分

475 = 7時間55分

※記載されている時刻は全て予定です

進行上前後することがありますので 選手は各自出場クラスに合わせ進行状況を確認しながら準備を行って下さい
進行上同点審査等が発生する場合があります 選手は選手係の指示に常に対応できるようにしてください