

◆ 2018 進行表 ◆



**第29回 石川県ボディビル選手権大会**  
 < 男子ボディビル・男子新人ボディビル >  
**第2回 石川県オープンフィットネス大会**  
 < メンズフィジーク・フィットネスビキニ >

平成30年 7月22日 (日) 石川県 金沢市 / 石川県文教会館

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 |                                 |  |  |
| 08:30~      | 選手受付                            |  |  |
|             | ウェア・オイル・カラー チェック(審査委員会/選手強化委員会) |  |  |
|             | ジャッジズ ミーティング                    |  |  |

|        |              |                    |  |
|--------|--------------|--------------------|--|
| 10:15~ | 開会宣言 大会実行委員長 | 大会実行委員長スタンバイ~ドン前挨拶 |  |
|--------|--------------|--------------------|--|

| 開 会 式  |                                 |             |      |
|--------|---------------------------------|-------------|------|
| 時間     | ステージ                            | バックステージ     | その他  |
| 10:16~ | 全選手入場(板付き)                      | 会長・来賓 スタンバイ | ドン上げ |
| 10:17~ | 国旗・連盟旗掲揚(国歌吹奏)                  |             |      |
| 10:20~ | 主催者挨拶 石川県ボディビル・フィットネス連盟会長 馳 浩   |             |      |
| 10:23~ | 来賓挨拶 石川県ボディビル・フィットネス連盟副会長 紐野 義昭 |             |      |
| 10:25~ | 来賓挨拶 石川県ボディビル・フィットネス連盟理事長 小中 秀俊 |             |      |
| 10:27~ | 選手宣誓 南 慎之介(Muscle Kingdom)      |             |      |
| 10:28~ | 選手退場                            |             | ドン下げ |
| 10:29~ | 審査員紹介(審査員席)                     |             |      |

| 石川県オープン フィットネス選手権大会 |  | 各カテゴリー10分前に招集完了~選手の点呼確認 ゼッケン確認 整列 |      |
|---------------------|--|-----------------------------------|------|
| 時間                  | ステージ   | バックステージ                           | その他  |
| 10:30~              | メンズフィジーク172cm超級 ピックアップ審査(23→12名) ラインナップ~クォーターターン~比較審査    |                                   | ドン上げ |
| 10:45~              | フィットネスビキニ ラウンド1(8→6名) Lウォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査         |                                   |      |
| 11:00~              | メンズフィジーク172cm以下級 ラウンド1(15→6名) Lウォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査 |                                   |      |
| 11:20~              | メンズフィジーク172cm超級 ラウンド1(12→6名) Lウォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査  |                                   |      |

| 石川県ボディビル選手権大会 |                          | 各カテゴリー10分前に招集完了~選手の点呼確認 ゼッケン確認 整列 |  |
|---------------|--------------------------|-----------------------------------|--|
| 11:35~        | 男子ボディビル ピックアップ審査(12名→7名) |                                   |  |
| 11:50~        | 男子新人ボディビル 予選審査(4名順位付け)   |                                   |  |
| 12:00~        | 男子ボディビル 予選審査(7名順位付け)     |                                   |  |

| 石川県オープン フィットネス選手権大会 |   | 各カテゴリー10分前に招集完了~選手の点呼確認 ゼッケン確認 整列 |  |
|---------------------|---|-----------------------------------|--|
| 12:15~              | フィットネスビキニ ファイナルラウンド(6名) Lウォーク~ラインナップ~クォーターターン~3ステップフワード |                                   |  |
| 12:25~              | メンズフィジーク172cm以下級 ファイナルラウンド(6名) Lウォーク~ラインナップ~クォーターターン    |                                   |  |
| 12:35~              | メンズフィジーク172cm超級 ファイナルラウンド(6名) Lウォーク~ラインナップ~クォーターターン     |                                   |  |

| 石川県ボディビル選手権大会 |                    | 各カテゴリー10分前に招集完了~選手の点呼確認 ゼッケン確認 整列 |      |
|---------------|--------------------|-----------------------------------|------|
| 12:45~        | 男子新人ボディビル 決勝審査(4名) | フリーポーズ(60秒)~ラインナップ                |      |
| 12:52~        | 男子ボディビル 予選審査(7名)   | フリーポーズ(60秒)~ラインナップ                | ドン下げ |

|        |           |  |  |
|--------|-----------|--|--|
| 13:05~ | 休憩(表彰式準備) |  |  |
|--------|-----------|--|--|

| 表彰式    |                             | 各カテゴリー5分前に招集完了~選手の点呼確認 |      |
|--------|-----------------------------|------------------------|------|
| 13:10~ | フィットネスビキニ 表彰式(1位~6位)        | ラインナップ~クォーターターン~表彰式    | ドン上げ |
| 13:15~ | メンズフィジーク172cm以下級 表彰式(1位~6位) | ラインナップ~クォーターターン~表彰式    |      |
| 13:20~ | メンズフィジーク172cm超級 表彰式(1位~6位)  | ラインナップ~クォーターターン~表彰式    |      |
| 13:25~ | 男子新人ボディビル 表彰式(1位~6位)        | ポーズダウン~表彰式             |      |
| 13:30~ | 男子ボディビル 表彰式(1位~7位)          | ポーズダウン~表彰式             |      |

|       |                       |              |      |
|-------|-----------------------|--------------|------|
| 13:35 | 終了(昼食)~JAPAN OPEN大会準備 | 観客 一旦全員退場~入替 | ドン下げ |
|-------|-----------------------|--------------|------|

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後する事がありますので、選手は各自出場クラスに合わせて進行状況を確認しながら準備をお願いします。

選手は、選手係の招集にいつでも対応できる様、準備をお願いします。

◆ 2018 進行表 ◆



**第29回 ジャパンオープン選手権大会**  
 男子ボディビル・女子フィジーク・ミックスドペア・ミスフィットネス・ミスボディフィットネス  
 《日本・グアム親善大会派遣代表候補選手選考大会》

平成30年 7月22日 (日) 石川県 金沢市 / 石川県文教会館

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 |                                  |  |
| 11:30～      | 選手受付                             |  |
|             | ウェア・オイル・カラー チェック (審査委員会/選手強化委員会) |  |
|             | ジャッジズ ミーティング                     |  |

|        |              |                    |
|--------|--------------|--------------------|
| 14:00～ | 開会宣言 大会実行委員長 | 大会実行委員長スタンバイ～ドン前挨拶 |
|--------|--------------|--------------------|

| 開 会 式  |                                       |                    |      |
|--------|---------------------------------------|--------------------|------|
| 時間     | ステージ                                  | バックステージ            | その他  |
| 14:02～ | 全選手入場 (板付き)                           | 会長・来賓 スタンバイ        | ドン上げ |
| 14:04～ | 国旗・連盟旗掲揚 (国歌吹奏)                       |                    |      |
| 14:06～ | 主催者挨拶 公益社団法人 日本ボディビル・フィットネス連盟会長 藤原 達也 |                    |      |
| 14:10～ | 主管連盟挨拶 石川県ボディビル・フィットネス連盟会長 馳 浩        |                    |      |
| 14:13～ | 来賓挨拶                                  |                    |      |
| 14:15～ | 来賓挨拶                                  | 審査員スタンバイ           |      |
| 14:17～ | 選手宣誓                                  | 功労賞 (感謝状) 受賞者スタンバイ |      |
| 14:18～ | 選手退場                                  | プロジェクター準備          | ドン下げ |
| 14:19～ | 審査員紹介(板付き)                            |                    | ドン上げ |
| 14:24～ | 功労賞 (感謝状) 授与式～プロジェクター放映               |                    |      |

| ジャパンオープン 選手権大会 |                               |                      |      |
|----------------|-------------------------------|----------------------|------|
| 時間             | ステージ                          | バックステージ              | その他  |
| 14:30～         | ミスボディフィットネス ピックアップ審査 (15⇒12名) | ラインナップ～クォーターターン～比較審査 |      |
| 14:50～         | 女子フィジーク ピックアップ審査 (25⇒12名)     | 規定 4ポーズ～比較審査         |      |
| 15:10～         | 男子ボディビル ピックアップ審査 (27⇒12名)     | 規定 4ポーズ～比較審査         | ドン下げ |

|        |                       |  |
|--------|-----------------------|--|
| 15:40～ | 休憩 (ミスフィットネス 舞台確認・練習) |  |
|--------|-----------------------|--|

|        |                            |                       |      |
|--------|----------------------------|-----------------------|------|
| 15:45～ | ミスフィットネス ラウンド1・予選 (2名順位付け) | パフォーマンスラウンド 90秒       | ドン上げ |
| 15:50～ | ミックスドペア 予選審査 (4組順位付け)      | クォーターターン～規定 4ポーズ～比較審査 |      |
| 16:05～ | 女子フィジーク 予選審査 (12名順位付け)     | クォーターターン～規定 4ポーズ～比較審査 |      |
| 16:30～ | 男子ボディビル 予選審査 (12名順位付け)     | クォーターターン～規定 7ポーズ～比較審査 | ドン下げ |

|        |    |  |
|--------|----|--|
| 16:55～ | 休憩 |  |
|--------|----|--|

| ジャパンオープン 選手権大会 |                                |                                     |      |
|----------------|--------------------------------|-------------------------------------|------|
| 時間             | ステージ                           | バックステージ                             | その他  |
| 17:00～         | ミスフィットネス ラウンド2・決勝 (2名順位付け)     | Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン               | ドン上げ |
| 17:05～         | ミックスドペア 決勝審査 (4組順位付け)          | フリーポーズ (90秒)～ラインナップ                 |      |
| 17:15～         | ミスボディフィットネス ラウンド2・決勝 (12名順位付け) | Lウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査          |      |
| 17:40～         | 女子フィジーク 決勝審査 (12名順位付け)         | クォーターターン～規定4ポーズ～ポーズダウン～フリーポーズ (30秒) |      |
| 17:55～         | 男子ボディビル 決勝審査 (12名順位付け)         | フリーポーズ (60秒)～ラインナップ                 | ドン下げ |

|        |            |  |
|--------|------------|--|
| 18:15～ | 休憩 (表彰式準備) |  |
|--------|------------|--|

| ジャパンオープン 選手権大会 表彰式 |                      |                   |      |
|--------------------|----------------------|-------------------|------|
| 時間                 | ステージ                 | バックステージ           | その他  |
| 18:25～             | ミスフィットネス (1位～5位)     | クォーターターン～順位発表～表彰式 | ドン上げ |
| 18:30～             | ミックスドペア (1位～4位)      | ポーズダウン～順位発表～表彰式   |      |
| 18:35～             | ミスボディフィットネス (1位～12位) | クォーターターン～順位発表～表彰式 |      |
| 18:40～             | 女子フィジーク (1位～12位)     | ポーズダウン～順位発表～表彰式   |      |
| 18:45～             | 男子ボディビル (1位～12位)     | ポーズダウン～順位発表～表彰式   |      |

|        |               |  |      |
|--------|---------------|--|------|
| 18:50～ | 閉会宣言 大会実行副委員長 |  | ドン下げ |
|--------|---------------|--|------|

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後する事がありますので、選手は各自出場クラスに合わせて進行状況を確認しながら準備をお願いします。

**選手は、選手係の招集にいつでも対応できる様、準備をお願いします。**



