

# MUSCLE GATE 神奈川2023

## パワーコンテスト

### 「パワーリフティング BIG3チャレンジ」

#### 開催要項

- 日時 2023年2月19日(日) ※スケジュール詳細は後日決定致します。  
※エントリー数によっては18日(土)、19日(日)の2日間開催となる場合もあり
- 会場 カルッツかわさき(神奈川県川崎市川崎区富士見1-1-4)
- 主催 MUSCLE GATE実行委員会
- 競技種目 パワーリフティング 3 種目(スクワット・ベンチプレス・デッドリフト)の合計の記録で競う競技
- 競技方法 IPF(国際パワーリフティング連盟)のルールを基準にラウンド制、各種目3試技制。  
※本大会は非公式大会です。
- 出場資格 原則どなたでも参加可能。コンテスト初めての方も大歓迎。  
※身体にタトゥー(縦横15cm以上)がある場合出場不可。
- 参加費 8,000 円  
※スポーツ保険加入料が含まれます。  
※同日開催の「IVANKO デッドリフトコンペディション」「ベンチプレスチャレンジ」「チームベンチプレスチャレンジ」とのダブルエントリー、トリプルエントリーは可能です。しかしながら、進行のスケジュール上、調整が難しい場合は、エントリー競技を1つに絞っていただくお願いをさせていただく場合がございます。  
※同日開催のボディコンテスト(マッスルコンテストジャパン)とのダブルエントリーは、競技実施時間が重なるため、できません。
- 審判員 MUSCLE GATE実行委員会選定審判員
- 階級 男子:59kg 以下、66kg 以下、74kg 以下、83kg 以下、93kg 以下、105kg 以下、120kg 以下、120 kg超の計 8 階級  
女子:47kg 以下、52kg 以下、57kg 以下、63kg 以下、69kg以下、76kg以下、84 kg以下、84 kg超の計 8 階級
- 服装 トレーニングウェア他、動きやすい服装であれば OK。シューズ着用必須。
- 使用可能なギア ベルト、リストラップ、ニースリーブ、パワーグリップ、ストラップ、エルボースリーブ。(スーパースーツ、ベンチシャツの使用は不可)
- ルール
- ・別紙のルールガイドは必ずご確認ください。
  - ・2022 年までの IPF(国際パワーリフティング連盟)のルールを基準にラウンド制で行う。
  - ・検量時に各種目の第 1 試技重量を申請。各種目とも第 1 試技終了後速やかに第 2 試技重量を申請。第 2 試技終了後、速やかに第 3 試技重量を申請する。
  - ・デッドリフトの第 3 試技のみ 2 回の重量変更が可能。
- 表彰 各階級 3 種目の合計挙上重量が重い順の表彰(1~6 位)※予定

ホームページ



※種目ごとの表彰はありません。3 種目合計の記録での表彰となります。  
申込方法 MUSCLE GATEホームページ内の応募フォームよりエントリーください。

**MUSCLE GATEホームページ** 申込締め切り日 2023年1月31日(火)

※エントリー数の上限を設けさせて頂く場合がございます。お早めにお申し込み下さい。

- その他
- ・本大会はどなたでもお気軽に参加ができる非公式大会です。試合出場が初めての方でも気軽に参加ください。
  - ・競技時間等詳細はイベント公式ホームページにて後日告知いたします。
  - ・お申し込み後、出場人数や運営上の理由で出場をご遠慮頂く場合もございます。その際、参加費は返金させていただきます。
  - ・申込み後の参加取りやめの場合、参加費は原則として返却いたしません。
  - ・セッション分け及び受付・検量・競技時間については公式ホームページで発表します。参加者への直接連絡はございません。
  - ・本大会の申込みにあたって取得した個人情報は、大会関連業務遂行に関してのみ利用致します。
  - ・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、メディア各媒体に提供する場合がございます。あらかじめご了承下さい。
  - ・本大会では外部メディアによる撮影・収録・取材等が行われる可能性があります。大会中に収録した写真、映像は印刷媒体、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ります。収録は大会の競技に限らず、ウォーミングアップエリアや客席を撮影する場合があります。あらかじめご了承下さい。
  - ・本大会の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、大会主催者は一切の責任を負いません。

問い合わせ 〒135-0016 東京都江東区東陽2-2-20 3F  
ゴールドジム事業部・MUSCLE GATE実行委員会  
TEL:03-3645-9830 Email:[info@musclegate.jp](mailto:info@musclegate.jp)

以上