

# 7/9マッスルゲート群馬大会 進行表

## ■第一部

- 9:00 第一部出場選手集合・当日検量&受付開始(※前日検量がお済みの選手の方は当日受付は必要ございません。控室がご用意出来次第ご案内いたします)  
 ※第二部の競技とダブル、またはトリプルエントリーをされている方は、この第一部出場選手の検量時に第二部の受付もまとめて行います。
- 9:30 当日検量&選手受付終了
- 9:40 コスチューム・オイルチェック(選手はこの時間にはコスチュームとゼッケン着用で控室にいてください)
- 10:15 観客入場開始
- 10:45 第一部試合開始

時刻	内容	審査
10:45	スタート「オープニング」	
	<b>■ピックアップ審査</b>	
	メンズフィジーク新人168cm以下級(ピックアップ)(24→12名)	ラインナップ～フロント・バック～ピックアップ審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク新人172cm以下級(ピックアップ)(20→12名)	ラインナップ～フロント・バック～ピックアップ審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク新人176cm以下級(ピックアップ)(19→12名)	ラインナップ～フロント・バック～ピックアップ審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク新人176cm超級(ピックアップ)(22→12名)	ラインナップ～フロント・バック～ピックアップ審査(フロント・バックのみ)
	ボディビル新人の部(コンテスト未経験)(順位付け)(16→12名)	ラインナップ～比較審査(規定4ポーズ)
12:00	<b>■予選審査</b>	
	ウーマンズレギンス50歳以下の部(順位付け)(11名→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス50歳超の部(順位付け)(10名→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス158cm以下級(順位付け)(10名→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス163cm以下級(順位付け)(9名→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス163cm超級(順位付け)(9名→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク新人168cm以下級(順位付け)(12→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク新人172cm以下級(順位付け)(12→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク新人176cm以下級(順位付け)(12→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク新人176cm超級(順位付け)(12→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジークジュニアの部(順位付け)(11→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジークマスターズ172cm以下級(順位付け)(14→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジークマスターズ172cm超級(順位付け)(9→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	クラシックフィジーク新人の部(順位付け)(9→6名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビルジュニア(23歳以下)(順位付け)(5名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビル新人の部(コンテスト未経験)(順位付け)(12→6名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビルマスターズ50歳以上(順位付け)(3名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
15:00	<b>■決勝審査</b>	
	ウーマンズレギンス35歳以下の部(順位付け)(7名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス50歳以下の部(順位付け)(6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス50歳超の部(順位付け)(6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス158cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス163cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンス163cm超級(順位付け)(6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズタンクトップ(順位付け)(7名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク新人168cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク新人172cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク新人176cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク新人176cm超級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジークジュニアの部(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジークマスターズ172cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジークマスターズ172cm超級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	マスキュラーフィジーク(順位付け)(3名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	ボディフィットネス(順位付け)(3名)	Tウォーク比較審査(クォーターターン)
	クラシックフィジーク新人の部(順位付け)(6名)	フリーポーズ60秒～ ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビルジュニア(23歳以下)(順位付け)(5名)	フリーポーズ60秒～ ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル新人の部(順位付け)(6名)	フリーポーズ60秒～ ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビルマスターズ50歳以上(順位付け)(3名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
16:30	<b>■順位発表・表彰式</b>	
	メンズタンクトップ(順位付け)(7名)	ラインナップ～順位発表
	マスキュラーフィジーク(順位付け)(3名)	ラインナップ～順位発表
	ボディフィットネス(順位付け)(3名)	ラインナップ～順位発表
	クラシックフィジーク新人の部(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビルジュニア(23歳以下)(順位付け)(5名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル新人の部(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビルマスターズ50歳以上(順位付け)(3名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク新人168cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク新人172cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク新人176cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク新人176cm超級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジークジュニアの部(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジークマスターズ172cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジークマスターズ172cm超級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス35歳以下の部(順位付け)(7名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス50歳以下の部(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス50歳超の部(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス158cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス163cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス163cm超級(順位付け)(6名)	ラインナップ～順位発表
17:00	<b>第一部終了</b>	

## ■第二部

- 15:00 第二部出場選手集合・当日検量&受付開始(※前日検量がお済みの選手の方は当日受付は必要ございません。控室がご用意できたいご案内いたします)
- 15:30 当日検量終了
- 15:45 コスチューム・オイルチェック(選手はこの時間にはコスチュームとゼッケン着用で控室にいてください)
- 17:00 第二部試合開始

時刻	内容	審査
17:00	第2部開始	
	<b>■ピックアップ審査</b>	
	メンズフィジーク168cm以下級(順位付け)(22→12名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク176cm超級(順位付け)(23→12名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
17:30	<b>■予選審査</b>	
	ウーマンズレギンスフィットネス158cm以下級(順位付け)(9→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)

	メンズフィジーク168cm以下級(順位付け)(12→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク172cm以下級(順位付け)(11→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク176cm以下級(順位付け)(11→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク176cm超級(順位付け)(12→6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	クラシックフィジーク168cm以下級(順位付け)(5名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	クラシックフィジーク175cm以下級(順位付け)(7名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	クラシックフィジーク175cm超級(順位付け)(3名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	ウーマンズフィジーク(順位付け)(1名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定4ポーズ)
	ボディビル65kg以下級(順位付け)(8名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビル70kg以下級(順位付け)(8名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビル75kg以下級(順位付け)(3名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビル75kg超級(順位付け)(4名)	ラインナップ～クォーターターン～比較審査(規定7ポーズ)
19:30	<b>■決勝審査</b>	
	ウーマンズレギンスフィットネス158cm以下級(順位付け)(6名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm以下級(順位付け)(5名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm超級(順位付け)(3名)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査(フロント・バックのみ)
	メンズフィジーク168cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン比較審査
	メンズフィジーク172cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク176cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン比較審査
	メンズフィジーク176cm超級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	ビキニマスターズ(35歳以上)の部(順位付け)(5名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査(3ステップフォワード)
	ビキニ一般の部(順位付け)(3名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査(3ステップフォワード)
	クラシックフィジーク168cm以下級(順位付け)(5名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	クラシックフィジーク175cm以下級(順位付け)(7名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	クラシックフィジーク175cm超級(順位付け)(3名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ウーマンズフィジーク(順位付け)(1名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル65kg以下級(順位付け)(6名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル70kg以下級(順位付け)(6名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル75kg以下級(順位付け)(3名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル75kg超級(順位付け)(4名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
21:00	<b>■順位発表・表彰式</b>	
	ウーマンズレギンスフィットネス158cm以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm以下級(5名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm超級(3名)	ラインナップ～順位発表
	ビキニマスターズ(35歳以上)の部(5名)	ラインナップ～順位発表
	ビキニ一般の部(3名)	ラインナップ～順位発表
	クラシックフィジーク168cm以下級(5名)	ラインナップ～順位発表
	クラシックフィジーク175cm以下級(7名)	ラインナップ～順位発表
	クラシックフィジーク175cm超級(3名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル65kg以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル70kg以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル75kg以下級(3名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル75kg超級(4名)	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズフィジーク(1名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク168cm以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク172cm以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク176cm以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク176cm超級(6名)	ラインナップ～順位発表
21:30	<b>終了</b>	

上記進行表は、試合の流れ等、諸事情により変更になる場合がございます。