

# 2020マッスルゲート福岡大会進行表

8:00 選手受付(※検量が必要な競技出場の選手で、前日検量をお済ませでない方もこの時間に集合)  
 8:30 当日検量終了  
 8:40 選手受付終了  
 9:00 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)  
 (09:30) (ジャッジズミーティング)ジャッジ席で行います。  
 9:30 観客入場開始  
 10:00 試合開始

| 時間    | 内容                                 | 審査                                      |
|-------|------------------------------------|---|
| 10:00 | オープニング                             |   |
|       | 開会宣言・審査員紹介                         |   |
|       | <b>ピックアップ審査</b>                    | <b>各カテゴリー10分前に招集完了</b>                  |
|       | メンズフィジーク新人の部 (30名→12名)             | ラインナップ～クォーターターニング～比較審査                  |
|       | メンズフィジーク168cm以下級 (14名→12名)         | ラインナップ～クォーターターニング～比較審査                  |
|       | メンズフィジーク172cm以下級 (16名→12名)         | ラインナップ～クォーターターニング～比較審査                  |
|       | メンズフィジーク176cm以下級 (21名→12名)         | ラインナップ～クォーターターニング～比較審査                  |
|       | メンズフィジーク176cm超級 (15名→12名)          | ラインナップ～クォーターターニング～比較審査                  |
| 11:00 | <b>予選審査(12位順位付け)</b>               | <b>各カテゴリー10分前に招集完了</b>                  |
|       | ビキニ35歳未満158cm以下級 (1～2位順位付け)        | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査スリーステップフォワード |
|       | ビキニ35歳未満163cm以下級 (1～2位順位付け)        | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査スリーステップフォワード |
|       | ビキニ35歳以上160cm以下級 (1～4位順位付け)        | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査スリーステップフォワード |
|       | ビキニ35歳以上160cm超級 (1～5位順位付け)         | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査スリーステップフォワード |
|       | メンズフィジーク新人の部 (1～12位順位付け) 12→6名     | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm以下級 (1～3位順位付け)   | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm超級 (1～3位順位付け)    | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジーク168cm以下級 (1～12位順位付け) 12→6名 | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジーク172cm以下級 (1～12位順位付け) 12→6名 | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジーク176cm以下級 (1～12位順位付け) 12→6名 | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジーク176cm超級 (1～12位順位付け) 12→6名  | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
| 13:00 | <b>休憩</b>                          |   |
|       | ボディフィットネス35歳未満 (1名)                | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | ボディフィットネス55歳以上 (1名)                | (※同時にステージングしますが審査は別々となります)              |
|       | ボディフィットネス55歳未満 (1～2位順位付け)          | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | クラシックフィジーク新人の部 (1～2位順位付け)          | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | クラシックフィジーク168cm以下 (1～3位順位付け)       | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | クラシックフィジーク175cm以下級 (1名)            | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | クラシックフィジーク175cm超級 (1名)             | (※同時にステージングしますが審査は別々となります)              |
|       | ウーマンズフィジーク (1～5位順位付け)              | ラインナップ～クォーターターニング～規定4ポーズ～比較審査           |
|       | ボディビル新人の部 (1～4位順位付け)               | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | ボディビルジュニア (1～7位順位付け) 7→6名          | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | ボディビルマスターズ (1～8位順位付け) 8→6名         | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | ボディビル65kg以下級 (1～7位順位付け) 7→6名       | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | ボディビル75kg以下級 (1～10位順位付け) 10→6名     | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | ボディビル75kg超級 (1～5位順位付け)             | ラインナップ～クォーターターニング～規定7ポーズ～比較審査           |
|       | <b>休憩</b>                          |   |
| 15:00 | <b>決勝審査(6位まで順位付け)</b>              | <b>各カテゴリー・プレゼンター5分前に招集完了</b>            |
|       | ビキニ35歳未満158cm以下級 2名                | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査スリーステップフォワード |
|       | ビキニ35歳未満163cm以下級 2名                | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査スリーステップフォワード |
|       | ビキニ35歳以上160cm以下級 4名                | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査スリーステップフォワード |
|       | ビキニ35歳以上160cm超級 5名                 | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査スリーステップフォワード |
|       | メンズフィジーク新人の部 6名                    | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm以下級 3名           | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm超級 3名            | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジーク168cm以下級 6名                | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジーク172cm以下級 6名                | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジーク176cm以下級 6名                | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | メンズフィジーク176cm超級 6名                 | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
| 17:00 | <b>休憩</b>                          |   |
|       | ボディフィットネス35歳未満 1名                  | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | ボディフィットネス55歳以上 1名                  | (※同時にステージングしますが審査は別々となります)              |
|       | ボディフィットネス55歳未満 2名                  | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング～比較審査             |
|       | クラシックフィジーク新人の部 2名                  | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | クラシックフィジーク168cm以下3名                | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | クラシックフィジーク175cm以下級1名               | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | クラシックフィジーク175cm超級 1名               | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | ウーマンズフィジーク 5名                      | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ                 |
|       | ボディビル新人の部 4名                       | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | ボディビルジュニア 6名                       | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | ボディビルマスターズ 6名                      | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | ボディビル65kg以下級 6名                    | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | ボディビル75kg以下級 6名                    | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | ボディビル75kg超級 5名                     | フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ                 |
|       | <b>休憩</b>                          |   |
| 18:00 | <b>順位発表・表彰式</b>                    | <b>各カテゴリー5分前に招集完了</b>                   |
|       | ビキニ35歳未満158cm以下級 2名                | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ビキニ35歳未満163cm以下級 2名                | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ビキニ35歳以上160cm以下級 4名                | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ビキニ35歳以上160cm超級 5名                 | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | メンズフィジーク新人の部 6名                    | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm以下級 3名           | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm超級 3名            | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | メンズフィジーク168cm以下級 6名                | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | メンズフィジーク172cm以下級 6名                | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | メンズフィジーク176cm以下級 6名                | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | メンズフィジーク176cm超級 6名                 | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディフィットネス35歳未満 1名                  | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディフィットネス55歳未満 2名                  | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディフィットネス55歳以上 1名                  | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | クラシックフィジーク新人の部 2名                  | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | クラシックフィジーク168cm以下級 3名              | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | クラシックフィジーク175cm以下級 1名              | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | クラシックフィジーク175cm超級 1名               | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ウーマンズフィジーク 5名                      | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディビル新人の部 4名                       | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディビルジュニア 6名                       | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディビルマスターズ 6名                      | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディビル65kg以下級 6名                    | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディビル75kg以下級 6名                    | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
|       | ボディビル75kg超級 5名                     | ラインナップ～順位発表～表彰                          |
| 19:00 | <b>オーバーオール審査</b>                   |   |
|       | ビキニ 4名                             | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング                  |
|       | メンズフィジーク 7名                        | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング                  |
|       | ボディフィットネス 3名                       | ウォーク～ラインナップ～クォーターターニング                  |
|       | クラシックフィジーク 4名                      | ラインナップ～規定7ポーズ                           |
|       | ウーマンズフィジーク 1名                      | ラインナップ～規定4ポーズ                           |
|       | ボディビル 6名                           | ラインナップ～規定7ポーズ                           |
| 19:30 | <b>ゲストポーズ 嶋田慶太選手</b>               |   |
|       | <b>オーバーオール表彰</b>                   |   |
|       | オーバーオール優勝者 6名                      | ステージでラインナップ                             |
| 20:00 | <b>終了</b>                          |   |

※進行の都合により、時間は前後する可能性があります。あらかじめご了承くださいませ。  
 ※控室の密を避けるため、出番まで時間のあるときは、控室を出てロビーや館外に行くことも問題ございません。  
 出番前には確実にお集り頂きますようお願いいたします。