

10/31マッスルゲート神戸大会 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	
	ピックアップ審査	
	メンズフィジーク新人の部 (47名→12名)	ラインナップ～フロント・バック比較審査
	メンズフィジーク168cm以下級 (20名→12名)	ラインナップ～フロント・バック比較審査
	メンズフィジーク172cm以下級 (24名→12名)	ラインナップ～フロント・バック比較審査
	メンズフィジーク176cm以下級 (15名→12名)	ラインナップ～フロント・バック比較審査
	メンズフィジーク176cm超級 (18名→12名)	ラインナップ～フロント・バック比較審査
	ボディビル新人の部(14名→12名)	ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査
	ボディビル65kg以下級 (22名→12名)	ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査
	ボディビル75kg以下級 (16名→12名)	ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査
12:00	予選審査【12位順位付け】	
	ビキニ35歳未満158cm以下級 (1～4位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～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名)	ラインナップ～クォーターターン～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 (1～6位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～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 (1～6位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～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	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 (1～7位順位付け)	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 (1～6位順位付け)11→6名	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168cm以下級 (1～12位順位付け) 12→6名	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク172cm以下級 (1～12位順位付け) 12→6名	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク176cm以下級 (～12位順位付け) 12→6名	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジーク176cm超級 (1～12位順位付け) 12→6名	ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	休憩	
	ボディフィットネス35歳未満 (1名)	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45歳未満 (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歳以上 (1名)	
	ミックスドペア(1組)	ラインナップ～クォーターターン～規定4ポーズ～比較審査
	クラシックフィジーク新人の部 (1～4位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～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～クォーターターン～規定7ポーズ～比較審査
	クラシックフィジーク175cm以下級(1～6位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～規定7ポーズ～比較審査
	クラシックフィジーク175cm超級 (1～3位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～規定7ポーズ～比較審査
	ウーマンズフィジーク (1～3位順位付け)	ラインナップ～クォーターターン～規定4ポーズ～比較審査
	ボディビル新人の部 (1～12位順位付け) 12→6名	ラインナップ～規定7ポーズ～比較審査
	ボディビルジュニア (1～6位順位付け)	ラインナップ～規定7ポーズ～比較審査
	ボディビルマスターズ (1～10位順位付け) 10→6名	ラインナップ～規定7ポーズ～比較審査
	ボディビル65kg以下級 (1～12位順位付け) 12→6名	ラインナップ～規定7ポーズ～比較審査
	ボディビル75kg以下級 (1～12位順位付け) 12→6名	ラインナップ～規定7ポーズ～比較審査
	ボディビル75kg超級 (1～9位順位付け) 9→6名	ラインナップ～規定7ポーズ～比較審査
	休憩	
15:30	決勝審査【6位まで順位付け】	
	ビキニ35歳未満158cm以下級 4名	ウォーク～ラインナップ～クォーターターン～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名	ウォーク～ラインナップ～クォーターターン～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 6名	ウォーク～ラインナップ～クォーターターン～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 6名	ウォーク～ラインナップ～クォーターターン～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～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジークマスターズ172cm以下級 7名 (※この後の表彰には6名のみ壇上へ)	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 6名	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168cm以下級 6名	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 6名	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 6名	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 6名	ウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	休憩	
	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～クォーターターン～比較審査
	ボディフィットネス45歳未満 (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歳以上 (1名)	
	ミックスドペア(1組)	フリーポーズ90秒以内 ～ ラインナップ～規定4ポーズ
	クラシックフィジーク新人の部 4名	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ
	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6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 3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 3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 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 6名	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ
	休憩	
18:30	順位発表・表彰式	
	ビキニ35歳未満158cm以下級 4名	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニ35歳未満163cm以下級 1名	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニ35歳以上160cm以下級 6名	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニ35歳以上160cm超級 6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 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超級 6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45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歳以上 (1名)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ミックスドペア(1組)	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 4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 6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 3名	ラインナップ～順位発表～表彰
	ウーマンズフィジーク 3名	ラインナップ～順位発表～表彰
	ボディビル新人の部 6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 6名	ラインナップ～順位発表～表彰
20:00	オーバーオール審査	
	ビキニ 4名	ウォーク～ラインナップ～クォーターターン
	メンズフィジーク 7名	ウォーク～ラインナップ～クォーターターン
	ボディフィットネス 3名	ウォーク～ラインナップ～クォーターターン
	クラシックフィジーク 4名	ラインナップ～規定7ポーズ
	ボディビル 6名	ラインナップ～規定7ポーズ
	ゲストポーズ 井上浩選手	
	オーバーオール表彰	
	オーバーオール優勝者 6+1組(合計8名)	ステージでラインナップ
20:30	終了	

※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、選手の方は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。