

# 11/21マッスルゲート東京 進行表

## ■第一部 メンズフィジーク審査

|         |  |
|---------|--|
| 8:00    | スタッフ集合   |
| 9:00    | 選手受付(※メンズフィジーク選手のみ) (※メンズフィジーク選手で前日検査をお済ませでない選手の方もこの時間に集合) |
| 9:30    | 当日検査終了   |
| 9:40    | 選手受付終了   |
| 9:45    | 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) | (ジャッジズミーティング・ジャッジ席で実施)                                     |
| 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」   |                                  |
|       | ■1次ピックアップ審査  |                                  |
|       | メンズフィジーク新人の部①(1次ピックアップ)(38人→12人)<br>※エントリー数多いため、2つに分けて1次ピックアップ審査実施 | 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の部②(1次ピックアップ)(39人→12人)                                   | 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(ピックアップ)(37人→12人)                                  | 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(ピックアップ)(36人→12人)                                  | 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(ピックアップ)(26人→12人)                                  | 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(ピックアップ)(27人→12人)                                   | 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) |
|       | ■2次ピックアップ審査  |                                  |
|       | メンズフィジーク新人の部(2次ピックアップ)(24人→12人)                                    | 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) |
| 12:30 | ■予選審査  |                                  |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm以下級(1～12位順位付け)12→6名<br>※新人の部は直前まで審査なので、後半に。      | ラインナップ～クォーターター～比較審査              |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm超級(1～12位順位付け)14→6名                               | ラインナップ～クォーターター～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～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～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                                   | ラインナップ～クォーターター～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～比較審査              |
|       | 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～比較審査              |
| 13:30 | ■決勝審査  |                                  |
|       | メンズフィジークマスターズ172cm以下級(1～6位順位付け)<br>※新人の部は直前まで審査なので、後半に。            | ラインナップ～クォーターター～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)                                     | ラインナップ～クォーターター～比較審査              |
|       | メンズフィジーク168cm以下級(1～6位順位付け)   | ラインナップ～クォーターター～比較審査              |
|       | メンズフィジーク172cm以下級(1～6位順位付け)   | ラインナップ～クォーターター～比較審査              |
|       | メンズフィジーク176cm以下級(1～6位順位付け)   | ラインナップ～クォーターター～比較審査              |
|       | メンズフィジーク176cm超級(1～6位順位付け)  | ラインナップ～クォーターター～比較審査              |
|       | メンズフィジーク新人の部(1～6位順位付け)   | ラインナップ～クォーターター～比較審査              |

## ■第二部 ビキニ・ボディフィットネス・クラシックフィジーク・ウーマンズフィジーク・ボディビル審査 & 全競技表彰

|       |   |
|-------|---|
| 12:30 | 検査受付(※ビキニ・クラシックフィジーク・ボディビル競技出場の手で、前日検査をお済ませでない方も集合) |
| 13:00 | 当日検査終了  |
| 13:10 | 選手受付終了  |
| 13:30 | 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)           |
| 14:30 | 第二部開始   |

| 時刻    | 内容                                   | 審査                                    |
|-------|--------------------------------------|---------------------------------------|
| 14:30 | 第2部開始                                |                                       |
|       | ■ピックアップ審査                            |                                       |
|       | クラシックフィジーク175cm以下級(ピックアップ)(16→12人)   | ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査(規定4ポーズでの比較審査)      |
|       | ボディビル新人の部(コンテスト未経験)(ピックアップ)(20人→12人) | ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査(規定4ポーズでの比較審査)      |
|       | ボディビルジュニア(23歳以下)(ピックアップ)(18人→12人)    | ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査(規定4ポーズでの比較審査)      |
|       | ボディビルマスターズ50歳以上(ピックアップ)(17人→12人)     | ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査(規定4ポーズでの比較審査)      |
|       | ボディビル65kg以下級(ピックアップ)(16人→12人)        | ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査(規定4ポーズでの比較審査)      |
|       | ボディビル75kg以下級(ピックアップ)(27人→12人)        | ラインナップ～規定4ポーズ～比較審査(規定4ポーズでの比較審査)      |
| 15:30 | ■予選審査(クラシックフィジーク・ウーマンズフィジーク・ボディビルのみ) |                                       |
|       | ビキニ35歳未満163cm以下級(1～8位順位付け)8→6名       | ラインナップ～クォーターター～比較審査(クォーターター)          |
|       | ビキニ35歳未満163cm超級(1～9位順位付け)9→6名        | ラインナップ～クォーターター～比較審査(クォーターター)          |
|       | ビキニ35歳以上160cm以下級(1～12位順位付け)13→6名     | ラインナップ～クォーターター～比較審査(クォーターター)          |
|       | ビキニ35歳以上160cm超級(1～12位順位付け)14→6名      | ラインナップ～クォーターター～比較審査(クォーターター)          |
|       | クラシックフィジーク新人の部(1～5位順位付け)             | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | クラシックフィジーク168cm以下級(1～8位順位付け)8→6人     | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | クラシックフィジーク175cm以下級(1～12位順位付け)12→6人   | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | クラシックフィジーク175cm超級(1～5位順位付け)          | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | ウーマンズフィジーク(1～6位順位付け)                 | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定4ポーズ)           |
|       | ボディビル新人の部(コンテスト未経験)(1～12位順位付け)12→6人  | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | ボディビルジュニア(23歳以下)(1～12位順位付け)12→6人     | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | ボディビルマスターズ50歳以上(1～12位順位付け)12→6人      | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | ボディビル65kg以下級(1～12位順位付け)12→6人         | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | ボディビル75kg以下級(1～12位順位付け)12→6人         | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
|       | ボディビル75kg超級(1～2位順位付け)                | ラインナップ～クォーターター～比較審査(規定7ポーズ)           |
| 17:00 | ■決勝審査                                |                                       |
|       | ビキニ35歳未満158cm以下級(1～4位順位付け)           | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査(3ステップフォワード) |
|       | ビキニ35歳未満163cm以下級(1～6位順位付け)           | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査(3ステップフォワード) |
|       | ビキニ35歳未満163cm超級(1～6位順位付け)            | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査(3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)           | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査(3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)            | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査(3ステップフォワード) |
|       | ボディフィットネス35歳未満(1、2位順位付け)             | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査             |
|       | ボディフィットネス45歳未満(1～4位順位付け)             | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査             |
|       | ボディフィットネス55歳未満(1～3位順位付け)             | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査             |
|       | ボディフィットネス55歳以上(1～3位順位付け)             | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター～比較審査             |
|       | クラシックフィジーク新人の部(1～5位順位付け)             | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | クラシックフィジーク168cm以下級(1～6位順位付け)         | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | クラシックフィジーク175cm以下級(1～6位順位付け)         | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | クラシックフィジーク175cm超級(1～5位順位付け)          | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | ウーマンズフィジーク(1～6位順位付け)                 | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | ボディビル新人の部(コンテスト未経験)(1～6位順位付け)        | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | ボディビルジュニア(23歳以下)(1～6位順位付け)           | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | ボディビルマスターズ50歳以上(1～6位順位付け)            | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | ボディビル65kg以下級(1～6位順位付け)               | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | ボディビル75kg以下級(1～6位順位付け)               | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
|       | ボディビル75kg超級(1、2位順位付け)                | フリーポーズ60秒 ラインナップ                      |
| 19:30 | ■順位発表・表彰式                            |                                       |
|       | ビキニ35歳未満158cm以下級(1～4位順位付け)           | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ビキニ35歳未満163cm以下級(1～6位順位付け)           | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ビキニ35歳未満163cm超級(1～6位順位付け)            | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ビキニ35歳以上160cm以下級(1～6位順位付け)           | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ビキニ35歳以上160cm超級(1～6位順位付け)            | ラインナップ～順位発表                           |
|       | メンズフィジーク新人の部(1～6位順位発表)               | 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(1～6位順位発表)      | 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(1～6位順位発表)       | ラインナップ～順位発表                           |
|       | メンズフィジーク168cm以下級(1～6位順位発表)           | ラインナップ～順位発表                           |
|       | メンズフィジーク172cm以下級(1～6位順位発表)           | ラインナップ～順位発表                           |
|       | メンズフィジーク176cm以下級(1～6位順位発表)           | ラインナップ～順位発表                           |
|       | メンズフィジーク176cm超級(1～6位順位発表)            | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディフィットネス35歳未満(1～2位順位発表)             | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディフィットネス45歳未満(1～4位順位発表)             | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディフィットネス55歳未満(1～3位順位発表)             | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディフィットネス55歳以上(1～3位順位発表)             | ラインナップ～順位発表                           |
|       | クラシックフィジーク新人の部(1～5位順位発表)             | ラインナップ～順位発表                           |
|       | クラシックフィジーク168cm以下級(1～6位順位発表)         | ラインナップ～順位発表                           |
|       | クラシックフィジーク175cm以下級(1～6位順位発表)         | ラインナップ～順位発表                           |
|       | クラシックフィジーク175cm超級(1～5位順位発表)          | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ウーマンズフィジーク(1～6位順位発表)                 | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディビル新人の部(コンテスト未経験)(1～6位順位発表)        | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディビルジュニア(23歳以下)(1～6位順位発表)           | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディビルマスターズ50歳以上(1～6位順位発表)            | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディビル65kg以下級(1～6位順位発表)               | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディビル75kg以下級(1～6位順位発表)               | ラインナップ～順位発表                           |
|       | ボディビル75kg超級(1、2位順位発表)                | ラインナップ～順位発表                           |
| 21:00 | ■オーバーオール審査・表彰                        |                                       |
|       | ビキニ(5名)                              | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター                  |
|       | メンズフィジーク(7名)                         | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター                  |
|       | ボディフィットネス(4名)                        | 1ウォーク～ラインナップ～クォーターター                  |
|       | クラシックフィジーク(5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                         |
|       | ■オーバーオール優勝者発表                        |                                       |
| 21:30 | オーバーオール優勝者(6名)                       | ステージでラインナップ～表彰                        |