

(2/14) マッスルゲート神奈川2日目 & マッスルコンテスト東京 進行表

9:00 選手集合 (※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)

- 9:45 当日検量 & 受付終了
- 10:15 観客入場開始
- 10:45 試合開始

時間	内容	審査
10:45	オープニング	
	開会宣言・審査員紹介	
	マッスルゲート 予選審査【12位順位付け】	各カテゴリー10分前に招集完了
	ボディフィットネス55歳以上 (1~2位順位付け)	1ウォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	ウーマンズフィジーク (1名)	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 (1~2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名)	2階級の選手同時にステージへ。審査は階級ごとに実施。
	ボディビル65kg以下級 (1~2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75kg以下級 (1~3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75kg超級 (1名)	ラインナップ~規定7ポーズ~比較審査
	休憩	審査員交代
11:20	MUSCLECONTEST TOKYO 予選審査【12位順位付け】	各カテゴリー10分前に招集完了
	ビキニノービスクラスA 157cm以下級 (1名)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニノービスクラスB 163cm以下級 (1~4位順位付け)	2階級の選手同時にステージへ。審査は階級ごとに実施。
	ビキニノービスクラスC 168cm以下級 (1~3位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニノービスクラスD 168cm超級 (1名)	2階級の選手同時にステージへ。審査は階級ごとに実施。
	ビキニマスターズクラスA(35+) 163cm以下級 (1~2位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニマスターズクラスA(35+) 163cm超級 (1~2位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニマスターズクラスA(40+) 163cm以下級 (1~5位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニマスターズクラスB(40+) 163cm超級 (1~5位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニクラスA 155cm以下級 (1~2位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニクラスB 159cm以下級 (1~5位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニクラスC 163cm以下級 (1~4位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニクラスD 166cm以下級 (1~2位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニクラスE 170cm以下級 (1~2位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	休憩	審査員交代
	メンズフィジークノービス173cm以下級 (1~9位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	メンズフィジークノービス173cm超級 (1~5位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	メンズフィジークマスターズ35歳以上級 (1~3位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	メンズフィジークマスターズ40歳以上級 (1~2位順位付け)	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170cm以下級 (1~7位順位付け)	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173cm以下級 (1~2位順位付け)	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175cm以下級 (1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183cm以下級 (1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183cm超級 (1名)	各階級1名のため、3階級の選手同時にステージへ。
	フュギアマスターズ (1名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	クラシックフィジーク クラスA (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
	クラシックフィジーク クラスB (1~3位順位付け)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	ウーマンズフィジーク (1名)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	ボディビルノービス (1~3位順位付け)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	ボディビルマスターズ(40+) (1~2位順位付け)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	ボディビル80kg以下級 (1~3位順位付け)	ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	ボディビル90kg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
	休憩	審査員交代
12:30	マッスルゲート決勝審査	各カテゴリー・プレゼンター5分前に招集完了
	ビキニ35歳未満163cm超級 (1,2名順位付け)	1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 (1名)	
	メンズフィジーク新人の部172cm以下級 (1~9位順位付け)	1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の部172cm超級 (1~6位順位付け)	1ウォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	メンズフィジークマスターズ172cm以下級 (1~4位順位付け)	1ウォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	メンズフィジークマスターズ172cm超級 (1~2位順位付け)	1ウォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	メンズフィジーク168cm以下級 (1~8位順位付け)	1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 (1~7位順位付け)	1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 (1~7位順位付け)	1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55歳以上 (1~2位順位付け)	1ウォーク~ラインナップ~クォーターターン~比較審査
	ウーマンズフィジーク (1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 (1~2位順位付け)	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 (1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 (1~2位順位付け)	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 (1~3位順位付け)	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 (1名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ~規定7ポーズ
	休憩	
14:00	マッスルゲート順位発表・表彰式	各カテゴリー5分前に招集完了
	ビキニ35歳未満163cm超級 (1~2位)	ラインナップ~順位発表~表彰
	ビキニ35歳以上160cm超級 (1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172cm以下級 (1~9位)	ラインナップ~順位発表~表彰
	メンズフィジーク新人の部172cm超級 (1~6位)	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 (1~4位)	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 (1~2位順位付け)	ラインナップ~順位発表~表彰
	メンズフィジーク168cm以下級 (1~8位)	ラインナップ~順位発表~表彰
	メンズフィジーク172cm以下級 (1~7位)	ラインナップ~順位発表~表彰
	メンズフィジーク176cm以下級 (1~7位)	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 (1~2位)	ラインナップ~順位発表~表彰
	ウーマンズフィジーク (1名)	ラインナップ~順位発表~表彰
	ボディビル新人の部 (1~2位)	ラインナップ~順位発表~表彰
	ボディビルマスターズ (1名)	ラインナップ~順位発表~表彰
	ボディビル65kg以下級 (1~2位)	ラインナップ~順位発表~表彰
	ボディビル75kg以下級 (1~3位)	ラインナップ~順位発表~表彰
	ボディビル75kg超級 (1名)	ラインナップ~順位発表~表彰
	休憩	審査員交代
15:00	MUSCLECONTEST TOKYO 決勝審査【12位順位付け】	各カテゴリー10分前に招集完了
	ビキニノービスクラスA 157cm以下級 (1名)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニノービスクラスB 163cm以下級 (1~4位順位付け)	2階級の選手同時にステージへ。審査は階級ごとに実施。
	ビキニノービスクラスC 168cm以下級 (1~3位順位付け)	ラインナップ~フロント・バック~比較審査
	ビキニノービスクラスD 168cm超級 (1名)	2階級の選手同時にステージへ。審査は階級ごとに実施。
	ビキニマスターズクラスA(35+) 163cm以下級 (1~2位順位付け)	1ウォーク~ラインナップ~フロント・バック~比較審査(スリーステップフォワード)

	ビキニマスターズクラスA(35+) 163cm超級 (1~2位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査(スリーステップフォワード)
	ビキニマスターズクラスA(40+) 163cm以下級 (1~5位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査(スリーステップフォワード)
	ビキニマスターズクラスB(40+) 163cm超級 (1~5位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査(スリーステップフォワード)
	ビキニクラスA 155cm以下級 (1~2位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査(スリーステップフォワード)
	ビキニクラスB 159cm以下級 (1~5位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査(スリーステップフォワード)
	ビキニクラスC 163cm以下級 (1~4位順位付け)	ラインナップ～フロント・バック～比較審査
	ビキニクラスD 166cm以下級 (1~2位順位付け)	2階級の選手同時にステージへ。審査は階級ごとに実施。
	ビキニクラスE 170cm以下級 (1~2位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査(スリー
	休憩	
	メンズフィジークノービス173cm以下級 (1~9位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査
	メンズフィジークノービス173cm超級 (1~5位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査
	メンズフィジークマスターズ35歳以上級 (1~3位順位付け)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査
	メンズフィジークマスターズ40歳以上級 (1~2位順位付け)	Iウォーク～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170cm以下級 (1~7位順位付け)	Iウォーク～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173cm以下級 (1~2位順位付け)	Iウォーク～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175cm以下級 (1名)	Iウォーク～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183cm以下級 (1名)	Iウォーク～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183cm超級 (1名)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック～比較審査
	フュギュアマスターズ (1名)	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	クラシックフィジーク クラスA (1~4位順位付け)	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 クラスB (1~3位順位付け)	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 (1名)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ
	ボディビルノービス (1~3位順位付け)	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(40+) (1~2位順位付け)	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80kg以下級 (1~3位順位付け)	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90kg以下級 (1~4位順位付け)	フリーポーズ60秒 ラインナップ～規定7ポーズ
	休憩	
17:30	MUSCLECONTEST TOKYO 審査結果発表・表彰	各カテゴリー10分前に招集完了
	ビキニノービスクラスA 157cm以下級 (1名)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニノービスクラスB 163cm以下級 (1~4位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニノービスクラスC 168cm以下級 (1~3位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニノービスクラスD 168cm超級 (1名)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニマスターズクラスA(35+) 163cm以下級 (1~2位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニマスターズクラスA(40+) 163cm超級 (1~2位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニマスターズクラスA(40+) 163cm以下級 (1~5位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニマスターズクラスB(40+) 163cm超級 (1~5位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニクラスA 155cm以下級 (1~2位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニクラスB 159cm以下級 (1~5位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニクラスC 163cm以下級 (1~4位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニクラスD 166cm以下級 (1~2位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ビキニクラスE 170cm以下級 (1~2位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	メンズフィジークノービス173cm以下級 (1~9位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	メンズフィジークノービス173cm超級 (1~5位)	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35歳以上級 (1~3位)	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40歳以上級 (1~2位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	メンズフィジーク170cm以下級 (1~7位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	メンズフィジーク173cm以下級 (1~2位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	メンズフィジーク175cm以下級 (1名)	ラインナップ～順位発表～表彰
	メンズフィジーク183cm以下級 (1名)	ラインナップ～順位発表～表彰
	メンズフィジーク183cm超級 (1名)	ラインナップ～順位発表～表彰
	フュギュアマスターズ (1名)	ラインナップ～順位発表～表彰
	クラシックフィジーク クラスA (1~4位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	クラシックフィジーク クラスB (1~3位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ウーマンズフィジーク (1名)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ボディビルノービス (1~3位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ボディビルマスターズ(40+) (1~2位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ボディビル80kg以下級 (1~3位)	ラインナップ～順位発表～表彰
	ボディビル90kg以下級 (1~4位)	ラインナップ～順位発表～表彰
18:30	オーバーオール審査	
	ビキニ (5名)	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック
	メンズフィジーク 5名	Iウォーク～ラインナップ～フロント・バック
	クラシックフィジーク 2名	Iウォーク～ラインナップ～規定7ポーズ
	ボディビル 3名	ラインナップ～規定7ポーズ
	オーバーオール表彰	
	オーバーオール優勝者 ステージへ	ステージでラインナップ
19:00	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、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。