

2025 年 MUSCLE GATE 奈良かしはら大会総評

全体の総評

今回の奈良かしはら大会はエントリー数が過去最多の 380 名となる大きな大会となりました。ゲストポーズなども行われ、非常に盛り上がった大会となりました。何度目かの出場経験のある選手も増えてきて、ポーズなどのクオリティも全体として上がっており、どのカテゴリーも決勝に進んでもおかしく無い選手がひしめく内容の濃い大会となりました。

ウーマンズレギンス

出場人数の多い大会となりました。カテゴリーの基準にしっかりと合わせてきた選手が多く見られました。背中のコントロールが苦手な選手が多く、フロントポーズやバックポーズでアウトラインの理想の形まであともう少しというところ です。

ウーマンズレギンスフィットネス

どのクラスでもこのカテゴリーの基準の筋肉量はもう少しあっていいという印象でした。ただし、皮下脂肪が少なすぎると感じる質感が出てしまうと基準から離れてしまいます。今回は主にポーズの美しさや姿勢の良さ、適度に引き締まっているかという点で比較致しました。

ボディフィットネス

しっかりと絞り込んでおられたので、背中の広がりや下半身のメリハリなどが出るとよりボディフィットネスらしさが出るという印象でした。

ドリームモデル

激戦のカテゴリーもありましたが、上位の選手はポーズやウォーキングの美しさに加えてしっかりと魅せる演出にこだわりを感じました。また、メイクやヘアもドリームモデルにふさわしいエレガントで華やかさがありました。

ボディビル

今回は体重別は出場者が少なかったですが新人の部は 14 名のエントリーでとても新人とは思えないような選手も出場され会場も大いに盛り上がりました。全体的に仕上がりが良い選手が多かったのですがポーズの完成度が高い選手が少なくポーズもしっかりと練習していけばまだまだよくなると思いました。

ウーマンズウエルネス

下半身のボリュームがしっかり見え、見応えのある選手の接戦となりました。ポーズの完成度で身体全体の印象が異なるので、身体の分析からポーズを作っていきましょう。

メンズフィジーク

今大会のメンズフィジークは新人・ジュニア・一般の各階級ともに出場者が非常に多く、全体的にハイレベルな戦いとなりました。腹回りに強みを持つ選手が多かったことから、今大会ではアウトラインよりもミッドセクションが勝敗のポイントとなりました。バッグポーズでは背中の筋肉量は十分にあるものの、肩甲骨を寄せすぎてしまい、広がりを見せられない選手が散見されました。また、力みの影響で縮こまったポーズになってしまうケースもあり、惜しい印象を受けました。冷静さと伸びやかな表現力が最終的な評価を左右していたように思います。

ビキニフィットネス

筋肉量がしっかり備わっている選手、ポーズで曲線美がしっかりと魅せられている選手とで審査が割れる結果となりました。ウォーキングの美しさやアウトラインの美しさを備えた上でビキニフィットネスに求められる筋肉の丸みがあると良いです。

メンズタンクトップ

今大会での参加者は 8 名となりました。コスチュームについて、ほとんどの選手は黒をベースとしたタンクトップを着用しておりました。タンクトップ、ショートパンツ、シューズで 2 色以下に抑えている選手は全体のバランスが良く、着こなしも洗練されて見えました。また、メンズタンクトップではアウトラインが非常に重要であるため、肩関節を外旋させすぎたり、逆に内旋させすぎたりしている選手は悪目立ちしてしまう印象がありました。シンプルかつ的確なコスチューム選びとポーズの安定感が評価を分けたと感じます。

クラシックフィジーク

今回はバキューム未完成の選手が多かったです。せっかく身体を作って仕上げてきてもバキュームが出来ていないと評価されませんので、ご自身がバキューム出来ていると思っていても実際できてるかどうかを判断できる方を見てもらったほうが良いかと思います。フリーポーズは皆さんよく考えておられクラシックフィジークらしいポーズで会場を盛り上げてくれました。

マスキュラーメンズフィジーク

1 名の参加ではありましたが、非常にハイクオリティな選手が出場しておりました。全体的にバランスよく発達した上半身に加え、コンディションも抜群で、ウエストはタイト、腹直筋の凹凸も鮮明に出ておりました。仕上がりの完成度が非常に高く、ジャパンカップの出場を期待いたします。

マッスルゲート 審査委員会