

MUSCLE GATE 神奈川2026

パワーコンテスト

「パワーリフティング BIG3チャレンジ」

開催要項

日 時 2026年3月29日(日)

※「IVANKO デッドリフトコンペディション」「ベンチプレスチャレンジ」は
3月28日(土)に開催となります。お間違えの無いようお気を付けください。

会 場 カルツかわさき(神奈川県川崎市川崎区富士見1-1-4)

主 催 MUSCLE GATE実行委員会

競技種目 パワーリフティング 3 種目(スクワット・ベンチプレス・デッドリフト)の合計の記録で
競う競技

競技方法 IPF(国際パワーリフティング連盟)のルールを基準にラウンド制、各種目3試技制。
※本大会は非公式大会です。

出場資格 原則どなたでも参加可能。コンテスト初めての方も大歓迎。
※身体にタトゥー(縦横15cm以上)がある場合出場不可。

参加費 8,000 円

※スポーツ保険加入料が含まれます。

※前日の 3 月 28 日(土)に行われる「IVANKO デッドリフトコンペディション」「ベ
ンチプレスチャレンジ」とのダブルエントリー、トリプルエントリーも可能です。

※同日開催のボディコンテスト(マッスルゲート神奈川大会)とのダブルエントリー
は、競技実施時間が重なるため、できません。

審判員 MUSCLE GATE実行委員会選定審判員

階級 男子:59kg 以下、66kg 以下、74kg 以下、83kg 以下、93kg 以下、105kg 以下、
120kg 以下、120 kg超の計 8 階級

女子:47kg 以下、52kg 以下、57kg 以下、63kg 以下、69kg以下、76kg以下、
84 kg以下、84 kg超の計 8 階級

※選手の人数によってはクラスを統合、又は分けて行う場合もあります。
予めご了承ください。

服装 トレーニングウェア他、動きやすい服装であれば OK。シューズ着用必須。

使用可能なギア ベルト、リストラップ、ニースリーブ、パワーグリップ、ストラップ、
エルボースリーブ。

(スクワットスーツ、デッドリフトスーツ、ベンチシャツの使用は不可)

ルール

- ・別紙のルールガイドは必ずご確認ください。
- ・IPF(国際パワーリフティング連盟)のルールを基準にラウンド制で行う。
- ・検量時に各種目の第 1 試技重量を申請。各種目とも第 1 試技終了後速やかに第 2 試技

重量を申請。第2試技終了後、速やかに第3試技重量を申請する。

・デッドリフトの第3試技のみ2回の重量変更が可能。

本大会含め、マッスルゲート各大会ではアンチドーピングの理念に基づき、出場選手対象に「薬物スクリーニング検査」を実施する場合があります。出場選手はエントリーした時点で検査を受けることに同意したものとみなします。検査対象に指名されたのち、検査を拒否又は回避した場合、検査員の指示に従わない場合、また帰路の移動等個人的な諸事情により検査手続きを完了することができなかつた場合、競技結果は無効となる場合があります。

表彰 各階級挙上重量が重い順の表彰(1~6位)※予定

申込方法 MUSCLE GATEホームページ内の応募フォームよりエントリーください。

申込締め切り日 2026年2月28日(土)

※エントリー数の上限を設けさせて頂く場合がございます。お早めにお申し込み下さい。

- その他
- ・本大会はどなたでもお気軽に参加ができる非公式大会です。試合出場が初めての方でも気軽に参加ください。
 - ・競技時間等詳細はイベント公式ホームページにて後日告知いたします。
 - ・お申し込み後、出場人数や運営上の理由で出場をご遠慮頂く場合もございます。その際、参加費は返金させていただきます。
 - ・参加費等の領収書は発行いたしませんので、クレジットカード会社やコンビニ会社発行の[ご利用明細書]または[請求書]をご利用ください。
 - ・申込み後の参加取りやめの場合、参加費は原則として返却いたしません。
 - ・セッション分け及び受付・検量・競技時間については公式ホームページで発表します。参加者への直接連絡はございません。
 - ・本大会の申込みにあたって取得した個人情報、大会関連業務遂行に関してのみ利用致します。
 - ・本大会に参加される選手、関係役員及びスタッフを含めた会場風景や競技中の写真を、メディア各媒体に提供する場合がございます。あらかじめご了承下さい。
 - ・本大会では外部メディアによる撮影・収録・取材等が行われる可能性があります。大会中に収録した写真、映像は印刷媒体、テレビ放送、インターネット配信等の各種媒体において使用される場合があります。収録は大会の競技に限らず、ウォーミングアップエリアや客席を撮影する場合があります。あらかじめご了承下さい。
 - ・本大会の開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者は一切の責任を負いません。
 - ・JADA(日本アンチドーピング機構)のドーピング防止規定に従っての出場をお願い致します。

問い合わせ 〒135-0016 東京都江東区東陽2-2-20 3F
ゴールドジム事業部・MUSCLE GATE実行委員会
TEL:03-3645-9830 Email:info@musclegate.jp

※本イベントについて、会場への問い合わせはご遠慮下さい。

ご質問等は、上記 MUSCLE GATE 実行委員会までお寄せください。

※当実行委員会都合で恐縮ですが、できるだけメールで頂けると幸いです。

以上