3/28マッスルゲート神奈川大会DAY1　進行表

15:30 第一部・第二部出場選手集合・当日検量＆受付開始

16:30 当日検量終了
16:30 コスチューム・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）
17:45 観客入場開始
18:00 試合開始

■第一部

時刻	内容	審査
18:00	第一部開始	
	■予選審査	
	ウーマンズレギンス60歳以上の部（ピックアップ）（24→10名）	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）
	メンズタンクトップ60歳以上の部（20→10名）	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172cm以下級（ピックアップ）（22→10名）	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176cm以下級（ピックアップ）（18→10名）	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）
	ボディビル マッスル甲子園・高校生の部（順位付け）（5名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
18:45	■決勝審査	
	ドリームモデル60歳以上の部（順位付け）（11→6名）	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）
	ウーマンズレギンス新人158cm以下級（順位付け）（10→6名）	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）
	ウーマンズレギンス新人163cm以下級（順位付け）（11→6名）	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）
	ウーマンズレギンス新人163cm超級（順位付け）（10→6名）	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）
	ウーマンズレギンス60歳以上の部（順位付け）（10→6名）	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）
	メンズタンクトップ60歳以上の部(順位付け)（10→6名）	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168cm以下級（順位付け）（13→6名）	I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172cm以下級（順位付け）（10→6名）	I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176cm以下級（順位付け）（10→6名）	I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176cm超級（順位付け）（13→6名）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	メンズフィジークジュニアの部（順位付け）（13→6名）	I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　マッスル甲子園・高校生の部（順位付け）（8名）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	ボディビル マッスル甲子園・高校生の部（順位付け）（5名）	フリーポーズ60秒～　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
20:45	■順位発表・表彰式	
	ドリームモデル60歳以上の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス新人158cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス新人163cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス新人163cm超級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス60歳以上の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズタンクトップ60歳以上の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク新人168cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク新人172cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク新人176cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク新人176cm超級（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジークジュニアの部（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク　マッスル甲子園・高校生の部（8名）	ラインナップ～順位発表
	ボディビル マッスル甲子園・高校生の部（5名）	ラインナップ～順位発表
21:00	第一部終了	

上記進行表は、試合の流れ等、諸事情により変更になる場合がございます。

3/29マッスルゲート神奈川大会　DAY2　進行表

9:30 第一部・第二部出場選手集合・当日検量＆受付開始**（※前日検量がお済みの選手の方もこの時間に集合です。控室がご用意出来次第ご案内いたします）**

※第三部の競技とダブル、またはトリプルエントリーをされている方は、この第一部＆第二部の検量時に第三部の受付もまとめて行います。

10:00 当日検量終了

10:00 コスチューム・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）

10:30 観客入場開始

10:45 第一部試合開始

■第一部

時刻	内容	審査
10:45	第一部開始	
	■一次予選審査	
	メンズタンクトップ一般の部（ピックアップ）（22→10名）	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）
	■二次予選審査	
	ドリームモデル158cm以下級（ピックアップ）（10→6名）	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）
	ドリームモデル50歳以上60歳未満の部（ピックアップ）（8→6名）	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）
	メンズタンクトップ一般の部（ピックアップ）（10→6名）	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）
	マスキュラーフィジーク（ピックアップ）（13→6名）	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）
	クラシックフィジーク新人の部（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（規定7ポーズ）
	クラシックフィジーク168cm以下級部（順位付け）（3名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	クラシックフィジーク175cm以下級（順位付け）（13→6名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	クラシックフィジーク175cm超級（順位付け）(4名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	ミックスドペア（順位付け）（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
12:00	■決勝審査	
	ドリームモデル158cm以下級（順位付け）（6名）	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）
	ドリームモデル163cm以下級（順位付け）（5名）	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）
	ドリームモデル163cm超級（順位付け）（6名）	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）
	ドリームモデル40歳以上50歳未満の部（順位付け）（6名）	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）
	ドリームモデル50歳以上60歳未満の部（順位付け）（6名）	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）
	メンズタンクトップマスターズ（50歳以上）の部（順位付け）（2名）	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）
	メンズタンクトップ一般の部（順位付け）（6名）	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）
	マスキュラーフィジーク（順位付け）（6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新人の部（順位付け）（6名）	フリーポーズ60秒～　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	クラシックフィジーク168cm以下級（順位付け）（3名）	フリーポーズ60秒～　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	クラシックフィジーク175cm以下級（順位付け）（6名）	フリーポーズ60秒～　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	クラシックフィジーク175cm超級（順位付け）（4名）	フリーポーズ60秒～　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ウーマンズウェルネス一般の部（順位付け）（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
	ミックスドペア（順位付け）（1組）	フリーポーズ90秒以内　～　ラインナップ～規定4ポーズ
	■順位発表・表彰式	
	ドリームモデル158cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ドリームモデル163cm以下級（5名）	ラインナップ～順位発表
	ドリームモデル163cm超級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ドリームモデル40歳以上50歳未満の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	ドリームモデル50歳以上60歳未満の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズタンクトップマスターズ（50歳以上）の部（2名）	ラインナップ～順位発表
	メンズタンクトップ一般の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	マスキュラーフィジーク（6名）	ラインナップ～順位発表
	クラシックフィジーク新人の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	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
	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
	クラシックフィジーク175cm超級（4名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズウェルネス一般の部（1名）	ラインナップ～順位発表
	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
13:30	第一部終了	

■第二部

※この時間より第二部の開始時間を早めることはいたしません、

時刻	内容	審査
13:30	第二部開始	
	■一次予選審査	
	ウーマンズレギンスフィットネス158cm以下級（ピックアップ）（15→10名）	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）
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm以下級（ピックアップ）（18→10名）	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）
	■二次予選審査	
	メンズフィジークマスターズ（50歳以上）172cm超級（ピックアップ）（9→6名）	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）
	ウーマンズレギンスフィットネス158cm以下級（ピックアップ）（10→6名）	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）
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm以下級（ピックアップ）（10→6名）	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）
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm超級（ピックアップ）（8→6名）	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）
	ウーマンズフィジーク（順位付け）（5名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定4ポーズ）
	ボディビル新人の部（順位付け）（9→6名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	ボディビルジュニア（23歳以下）の部（順位付け）（8→6名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	ボディビルマスターズ（５０歳以上）の部（順位付け）（3名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	ボディビル65kg以下級（順位付け）（5名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	ボディビル70kg以下級（順位付け）（7名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	ボディビル75kg以下級（順位付け）（7名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
	ボディビル75kg超級（順位付け）（6名）	ラインナップ～クォーターターン～比較審査（規定7ポーズ）
15:30	■決勝審査	
	ウーマンズレギンスフィットネス158cm以下級（順位付け）（6名）	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）
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm以下級（順位付け）（6名）	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）

	ウーマンズレギンスフィットネス163cm超級（順位付け）（6名）	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）
	メンズフィジークマスターズ（50歳以上）172cm以下級（順位付け）（5名）	I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（50歳以上）172cm超級（順位付け）（6名）	I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（順位付け）（5名）	フリーポーズ60秒　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル新人の部（順位付け）（6名）	フリーポーズ60秒～　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビルジュニア（23歳以下）の部（順位付け）（6名）	フリーポーズ60秒～　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビルマスターズ（50歳以上）の部（順位付け）（3名）	フリーポーズ60秒～　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル65kg以下級（順位付け）（5名）	フリーポーズ60秒　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル70kg以下級（順位付け）（7名）	フリーポーズ60秒　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル75kg以下級（順位付け）（7名）	フリーポーズ60秒　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	ボディビル75kg超級（順位付け）（6名）	フリーポーズ60秒　ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	■順位発表・表彰式	
	ウーマンズレギンスフィットネス158cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンスフィットネス163cm超級（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジークマスターズ（50歳以上）172cm以下級（5名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジークマスターズ（50歳以上）172cm超級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズフィジーク（5名）	ラインナップ～順位発表
	ボディビル新人の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	ボディビルジュニア（23歳以下）の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	ボディビルマスターズ（50歳以上）の部（3名）	ラインナップ～順位発表
	ボディビル65kg以下級（5名）	ラインナップ～順位発表
	ボディビル70kg以下級（7名）	ラインナップ～順位発表
	ボディビル75kg以下級（7名）	ラインナップ～順位発表
	ボディビル75kg超級（6名）	ラインナップ～順位発表
17:00	第二部終了	

■第三部

15:00 第三部出場選手集合・当日検量＆受付開始**（※前日検量がお済みの選手の方は当日受付は必要ございません。控室がご用意できしたいご案内いたします）**
15:30 当日検量終了
15:30 コスチューム・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）
17:00 第三部試合開始

※この時間より第三部の開始時間を早めることは致しません。

時刻	内容	審査
17:00	第三部開始	
	■一次予選審査	
	ウーマンズレギンス50歳以下の部（ピックアップ）（21→10名）	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）
	ウーマンズレギンス50歳超60歳未満の部（ピックアップ）（16→10名）	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）
	ウーマンズレギンス158cm以下級（ピックアップ）（25→10名）	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）
	ウーマンズレギンス163cm以下級（ピックアップ）（27→10名）	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）
	ウーマンズレギンス163cm超級（ピックアップ）（22→10名）	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）（21→10名）	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）（16→10名）	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）
	■二次予選審査	
	ウーマンズレギンス50歳以下の部（ピックアップ）（10→6名）	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）
	ウーマンズレギンス50歳超60歳未満の部（ピックアップ）（10→6名）	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）
	ウーマンズレギンス158cm以下級（ピックアップ）（10→6名）	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）
	ウーマンズレギンス163cm以下級（ピックアップ）（10→6名）	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）
	ウーマンズレギンス163cm超級（ピックアップ）（10→6名）	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）　（9→6名）	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）（10→6名）	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）（10→6名）	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）（11→6名）	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）
19:45	■決勝審査	
	ビキニマスターズの部（順位付け）（5名）	I ウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査(3ステップフォワード)
	ウーマンズレギンス50歳以下の部（順位付け）（6名）	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）
	ウーマンズレギンス50歳超60歳未満の部（順位付け）（6名）	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）
	ウーマンズレギンス158cm以下級（順位付け）（6名）	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）
	ウーマンズレギンス163cm以下級（順位付け）（6名）	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）
	ウーマンズレギンス163cm超級（順位付け）（6名）	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）
	ビキニ一般の部（順位付け）（5名）	I ウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査(3ステップフォワード)
	メンズフィジーク168cm以下級（順位付け）（6名）	I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（順位付け）（6名）	I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（順位付け）（6名）	I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（順位付け）（6名）	Iウォーク～ラインナップ～クォーターターン～比較審査
	■順位発表・表彰式	
	ビキニマスターズ（35歳以上）の部（5名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス50歳以下の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス50歳超60歳未満の部（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス158cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス163cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ウーマンズレギンス163cm超級（6名）	ラインナップ～順位発表
	ビキニ一般の部（5名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク168cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク172cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク176cm以下級（6名）	ラインナップ～順位発表
	メンズフィジーク176cm超級（6名）	ラインナップ～順位発表
21:00	終了	

上記進行表は、試合の流れ等、諸事情により変更になる場合がございます。