

4/21マッスルゲート東京大会 進行表

■第一部

- 9:30 第一部出場選手集合・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。控室がご用意出来次第ご案内いたします)
 ※第二部の競技とダブル、またはトリプルエントリーをされている方は、この第一部出場選手の検量時に第二部の受付もまとめて行います。
- 10:00 当日検量終了
- 10:15 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)
- 10:40 観客入場開始
- 11:00 第一部試合開始

時刻	内容	審査
11:00	スタート「オープニング」	
	■1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)
	ボディビル新人の部(ピックアップ)(13→10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)
	■2次予選審査	
	メンズタンクトップ一般の部(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)
	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)(14→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)
	メンズフィジーク新人168cm以下級(ピックアップ)(12→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172cm以下級(ピックアップ)(14→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176cm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)
	メンズフィジーク新人176cm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)
	メンズフィジークマスターズの部172cm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)
	マスキュラーフィジーク(ピックアップ)(8→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)(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)
	ボディビル新人の部(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)
	ボディビルジュニア(23歳以下)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)
	ボディビルマスターズ(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)
13:00	■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)(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)
	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(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)
	メンズフィジーク新人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
	メンズフィジーク新人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
	メンズフィジーク新人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
	メンズフィジーク新人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
	メンズフィジークジュニアの部(順位付け)(7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
	メンズフィジークマスターズ172cm超級(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
	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
	ボディフィットネス(順位付け)(5名)	Tウォーク～比較審査(クォーターターン)
	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
	ウーマンズウェルネス一般の部(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
	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)(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
	ボディビルマスターズ(50歳以上)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
	■順位発表・表彰式	
	メンズタンクトップ(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
	ボディフィットネス(順位付け)(5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
	ボディビル新人の部(順位付け)(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(3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(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
	ウーマンズウェルネス一般の部(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スターズ172cm以下級(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172cm超級(5名)	ラインナップ～順位発表
	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(2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歳以上の部(6名)	ラインナップ～順位発表
16:00	第一部終了	

■第二部

14:00 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は当日受付は必要ございません。控室をご用意できたいご案内いたします)

14:30 当日検量終了

14:45 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してください)

16:00 第二部試合開始

時刻	内容	審査
16:00	第2部開始	
	■一次予選審査	
	ウーマンズレギンス50歳超の部(ピックアップ)(18名→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)(23名→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168cm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)
	メンズフィジーク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176cm以下級(ピックアップ)(17名→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超級(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)
	■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)(14名→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歳超の部(ピックアップ)(10名→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名→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)(13名→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)(9名→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)(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)(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)
	クラシックフィジーク168cm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)
	クラシックフィジーク175cm以下級(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)
	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)
	ウーマンズフィジーク(順位付け)(1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65kg以下級(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)
	ボディビル70kg以下級(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75kg以下級(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)
	ボディビル75kg超級(順位付け)(2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)
19:00	■決勝審査	
	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)
	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
	クラシックフィジーク168cm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
	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
	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)
	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)
	ウーマンズフィジーク(順位付け)(1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)(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70kg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
	ボディビル75kg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
	ボディビル75kg超級(順位付け)(2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
	ウーマンズフィジーク(順位付け)(1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(5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
	ボディビル65kg以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル70kg以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル75kg以下級(6名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル75kg超級(2名)	ラインナップ～順位発表
	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
	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
21:30	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。