

# 9/15マッスルゲート茨城大会 進行表

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）

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

10:50 第一部試合開始

## ■ご案内（今大会の控室のご利用について）

- ・今大会では、控室のスペースが限られていますため、前半は女子選手、後半は男子選手の控室として入れ替えて使用させていただきます。  
そのため選手の皆さまには、競技が終了したら、スタッフからのお声掛けに従い、控室をご退出いただきますようご協力をお願いいたします。
- ・また決勝に進まれる選手の方につきましては、控室として使用している「多目的ホール」から、スタッフのご案内に伴って「楽屋」や「リハーサル室」へお荷物を移動していただく場合がございます。
- ・大会の円滑な進行と全選手が安心して競技に臨める環境づくりのため、皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。  
ご協力ありがとうございます。

## ■第一部

時刻	内容	審査
10:50	第一部開始	
	■一次予選審査	
	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) (17→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)
	■二次予選審査	
	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) (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) (3名)	ラインナップ～クオーターダン～比較審査(規定4ポーズ)
	ウーマンズレギンス50歳超の部(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) (16→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) (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)
	ウーマンズレギンス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)
	ビキニ一般の部(ピックアップ) (8→6名)	ラインナップ～クオーターダン～比較審査(クオーターダン)
12:30	■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)
	ウーマンズフィジーク(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
	ドリームモデル158cm以下級(順位付け) (4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) (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163cm超級(順位付け) (1名)	※2クラス同時にステージへ
	ドリームモデル50歳以上の部(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)
	ボディフィットネス(順位付け) (2名)	Tウォーク～比較審査(クオーターダン)
	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～クオーターダン～比較審査
	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)
	ビキニマスターズの部(順位付け) (6名)	Iウォーク～ラインナップ～クオーターダン～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) (6名)	Iウォーク～ラインナップ～クオーターダン～比較審査(3ステップフォワード)
	■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
	ウーマンズフィジーク (3名)	ラインナップ～順位発表
	ドリームモデル158cm以下級 (4名)	ラインナップ～順位発表
	ドリームモデル163cm以下級 (2名)	ラインナップ～順位発表
	ドリームモデル163cm超級 (1名)	※2クラス同時にステージへ
	ドリームモデル50歳以上の部 (5名)	ラインナップ～順位発表
	ボディフィットネス(順位付け) (2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
	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
	ビキニマスターズ (35歳以上) の部 (6名)	ラインナップ～順位発表
	ビキニ一般の部 (6名)	ラインナップ～順位発表
14:30	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）

14:30 当日検量終了

14:30 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）

15:30 第二部試合開始

※この時間より第二部の開始時間を早めることは致しません。

時刻	内容	審査
15:30	第二部開始	
	■一次予選審査	
	メンズタンクトップ(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	
	クラシックフィジーク新人の部(順位付け)(6名)	ラインナップ～クオーターダンス～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～クオーターダンス～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)(8→6名)	ラインナップ～クオーターダンス～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)(10→6名)	ラインナップ～クオーターダンス～比較審査(規定7ポーズ)
	メンズタンクトップ(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)
	ボディビル新人の部(順位付け)(11→6名)	ラインナップ～クオーターダンス～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)(2名)	ラインナップ～クオーターダンス～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)(7名)	ラインナップ～クオーターダンス～比較審査(規定7ポーズ)
	メンズフィジーク新人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)
	メンズフィジーク新人176cm超級(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)
	メンズフィジークジュニア(23歳以下)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)
	メンズフィジークマスターズの部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168cm以下級(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)
	メンズフィジーク172cm以下級(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)
	メンズフィジーク176cm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)
	ボディビル65kg以下級(順位付け)(12→6名)	ラインナップ～クオーターダンス～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビル70kg以下級(順位付け)(8名)	ラインナップ～クオーターダンス～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビル75kg以下級(順位付け)(4名)	ラインナップ～クオーターダンス～比較審査(規定7ポーズ)
	ボディビル75kg超級(順位付け)(4名)	ラインナップ～クオーターダンス～比較審査(規定7ポーズ)
18:00	■決勝審査	
	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)
	マスクュラーフィジーク(順位付け)(3名)	Iウォーク～ラインナップ～クオーターダンス～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PO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PO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PO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)(6名)	フリーPO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PO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)(2名)	フリーPO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)(7名)	フリーPOーズ60秒～ ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
	メンズフィジーク新人168cm以下級(順位付け)(5名)	Iウォーク～ラインナップ～クオーターダンス～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～クオーターダンス～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～クオーターダンス～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～クオーターダンス～比較審査
	メンズフィジークジュニアの部(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クオーターダンス～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～クオーターダンス～比較審査
	メンズフィジークマスターズ172cm超級(順位付け)(6名)	Iウォーク～ラインナップ～クオーターダンス～比較審査
	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～クオーターダンス～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～クオーターダンス～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～クオーターダンス～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～クオーターダンス～比較審査
	ボディビル65kg以下級(順位付け)(6名)	フリーPO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PO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)(4名)	フリーPO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)(4名)	フリーPOーズ60秒 ラインナップ～規定4ポーズ～ポーズダウン
20:00	トップボディビルダー川中健介ゲストポーズ	
	■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
	マスクュラーフィジーク(3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(6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(2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(7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(5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(6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(4名)	ラインナップ～順位発表
	ボディビル75kg超級(4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	第二部終了	

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。