

9/23マッスルゲート奈良かしら大会 進行表

8:45 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。

9:15 当日検量終了

9:30 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）

10:10 観客入場開始

10:30 第一部試合開始

■第一部

時刻	内容	審査
10:30	第一部開始	
	■一次予選審査	
	ドリームモデル50歳以上の部(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)
	クラシックフィジーク新人の部(ピックアップ) (19→10名)	ラインナップ～クオーターダンス～比較審査(規定4ポーズ)
	ボディビル新人の部(ピックアップ) (17→10名)	ラインナップ～クオーターダンス～比較審査(規定4ポーズ)
	■二次予選審査	
	ドリームモデル158cm以下級(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)
	ドリームモデル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)
	ドリームモデル50歳以上の部(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)
	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)
	クラシックフィジーク新人の部(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)
	クラシックフィジーク168cm以下級部(順位付け) (1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) (10→6名)	※2クラス同時にステージへ
	クラシックフィジーク175cm超級(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)
	ボディビル新人の部(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)
	ボディビルジュニア(23歳以下)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)
	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～クオーターダンス～比較審査(規定7ポーズ)
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) (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)
	マスクユーラフィジーク(順位付け) (1名)	Iウォーキング～ラインナップ～クオーターダンス～比較審査
	ボディフィットネス(順位付け) (2名)	Tウォーキング～比較審査(クオーターダンス)
	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) (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
	クラシックフィジーク175cm以下級(順位付け) (6名)	※2クラス同時にステージへ
	クラシックフィジーク175cm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
	ウーマンズウェルネス一般の部(順位付け) (3名)	Iウォーキング～ラインナップ～クオーターダンス～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) (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
13:30	■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 (5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
	メンズタンクトップ (6名)	ラインナップ～順位発表
	マスクユーラフィジーク (1名)	ラインナップ～順位発表
	ボディフィットネス (順位付け) (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 (1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)	※2クラス同時にステージへ
	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
	ウーマンズウェルネス一般の部 (3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
14:00	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
14:00	第二部開始	
	■一次予選審査	
	メンズフィジーク新人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)
	メンズフィジークマスターズの部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)
	■二次予選審査	
	メンズフィジーク新人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)
	メンズフィジーク新人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)
	メンズフィジーク新人176cm以下級(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176cm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)
	メンズフィジークマスターズの部172cm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)
	ウーマンズフィジーク(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4ポーズ)
	ボディビル65kg以下級(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)
	ボディビル70kg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)
	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) (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)
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)(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)
ウーマンズレギンスフィットネス163cm超級(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)
メンズフィジーク新人168cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～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ウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～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ウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～比較審査
メンズフィジーク新人176cm超級(順位付け)(6名)	Iウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～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ウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～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ウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～比較審査
メンズフィジークマスターズ172cm超級(順位付け)(6名)	Iウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～比較審査
ウーマンズフィジーク(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
ボディビル65kg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)(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
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
17:00	トップボディビルダー井上浩 ゲストポーズ
■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(5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(5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(6名)	ラインナップ～順位発表
ウーマンズフィジーク(2名)	ラインナップ～順位発表
ボディビル65kg以下級(7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(2名)	ラインナップ～順位発表
17:30 第二部終了	

■第三部

15:30 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方もこの時間に集合です。控室がご用意できたいご案内いたします)

16:00 当日検量終了

16:00 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)

17:30 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
17:30 第三部開始		
■一次予選審査		
メンズフィジーク168cm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)	
メンズフィジーク172cm以下級(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50歳以下の部(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50歳超の部(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158cm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) (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) (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)	
19:30 ■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ウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～比較審査	
メンズフィジーク172cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～比較審査	
メンズフィジーク176cm以下級(順位付け)(6名)	Iウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～比較審査	
メンズフィジーク176cm超級(順位付け)(6名)	Iウォーカ～ラインナップ～クオーターダン～比較審査	
ビキニマスターズの部(順位付け)(7名)	Iウォーカ～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)(5名)	Iウォーカ～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(7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	
20:30 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。