GUNMA POWERLIFTING ASSOCIATION

第２回 群馬県オープン

ベンチプレス記録挑戦会

開催要領

本大会は JPA(日本パワーリフティング協会)へ**選手登録不要**、誰でも参加できるオープン大会です。参加費のみで気軽に参加でき、日頃の力を試せる機会となります。他県オープン参加も大歓迎です。

【日付】2026 年 11 月 15 日(日)
※第 3 回群馬県ベンチプレス選手権大会(JPA 公認公式大会)同日大会
【受付】9:30 予定 9:30 検量予定 11:30 試合開始予定
【会場】伊香保体育館　〒377-0102 群馬県渋川市伊香保町伊香保 552-2
【主催】一般社団法人群馬県パワーリフティング協会(GPA)
【参加資格】①満 14 歳以上の男女の方、一般の方からアマチュア選手であれば誰でも参加可
②県外オープン参加も可
【競技部門】クラシック(ノーギア)部門
【カテゴリー】一般のみ
【階級】男子 各 8 階級　59kg　66kg　74kg　83kg　93kg　105kg　120kg　120kg 超
女子 各 8 階級　47kg　52kg　57kg　63kg　69 kg　76kg　84kg　84kg 超

【競技規則】①胸での止めはなし ②お尻が多少浮いても足が動いても上がれば成功 ③ 3 試技挑戦
④審判の合図 2 回有
合図 1 ラックアウト後に静止し、「スタート」の合図でバーが胸に着くまで下げ押し切る
合図 2 押し切ったら静止し、「ラック」の合図でバーをラックに戻す

【服装】○ クラシック(ノーギア)部門
運動できる服装、運動靴で参加可、滑り止め付きシャツ、ジーパン、スリッパは参加不可
リストラップ・ベルト・ニースリーブ使用可、エルボースリーブは使用不可
※記録挑戦会参加者のコスチュームチェックはおこないません。

【表彰】階級ごとに 1～6 位までに記録証をお渡しいたします。
記録証の後日郵送は行いませんので、必ず当日会場内でお受け取りください。
※今大会でのメダルなど授与はございませんので予めご了承ください。

【参加費】**6,000 円　他県オープン参加 7,000 円**
※参加費にはスポーツ保険加入料も含まれております。

【申込方法】群馬県パワーリフティング協会ホームページより開催要領をダウンロードして印刷する。
URL https://www.gunma-powerlifting.com/
次に記載する①②を郵送願います。参加費は下記振込先にお振込み願います。
①　参加申込書 兼 記録カード　②　振込記録のコピー
※事務局持参によるお申込は受付出来ません 。※記入漏れがないようお願いします。
※申込後の返金または参加キャンセルによる返金はいたしません。
※運営の都合上、エントリーは先着順で人数制限します。早めの申込をお願いします。
【振込先】しののめ信用金庫 前橋営業部 普通 1144617 一般社団法人群馬県パワーリフティング協会
【郵送先】〒370-3522　群馬県高崎市菅谷町 541-4-205 号　群馬県パワーリフティング協会　西隆太宛
【申込締切】**2026 年 10 月 31 日(土)必着**のこと。締切日を過ぎての申込は受け付けません。
【競技スケジュール】エントリー締切後に群馬県協会ホームページにて発表いたします。
【お問い合わせ】群馬県パワーリフティング協会事務局 西隆太
Mail：g.powerlifting.association@gmail.com
不明点は、上記メールアドレスに御連絡ください。原則メールでお問合せ願います。

【アンチ・ドーピングについて】
アンチ・ドーピングは、本来のスポーツの楽しさや、仲間との信頼、対戦相手へのリスペクトなど、スポーツの価値を支える「フェアネス」を守るためのものです。ドーピングは禁止です。規則違反を犯した場合、個人に対しての競技成績の自動的な失効および原則 2 年または 4 年間の資格停止の制裁が課されます。ご注意ください。
●ドーピングとは、
「スポーツにおいて禁止されている物質や方法によって競技能力を高め、意図的に自分だけが優位に立ち、勝利を得ようとする行為」のことです。禁止薬物を意図的に使用することだけをドーピングと呼びがちですが、それだけではありません。意図的であるかどうかに関わらず、ルールに反する様々な競技能力を高める「方法」や、それらの行為を「隠すこと」も含めて、ドーピングと呼びます。
ドーピングは、自分自身の努力やスポーツを応援する人々の期待などを裏切る、不誠実で利己的な行為であり、ドーピングがある限りそもそもスポーツはスポーツとして成り立つことができません
（日本アンチ・ドーピング機構ホームページより）

【お知らせ・諸注意】
・当日は筆記用具が必要です。
・大会会場内は飲食禁止(蓋付きのペットボトルのみ可)となります。飲食は体育館ロビー・会議室・控室でお願いします。飲食で出たゴミは各自でお持ち帰り処分願います。
・エントリー後の競技部門や階級の変更はできませんので、慎重に選択してください。
・検量不合格の場合は失格となり公式記録として認定されませんが、県内大会のため試技は可能。
・必ず 2026 年度の JPA 選手登録を忘れずにお願いいたします。
・大会当日は運営役員や会場スタッフの指示に従って行動してください。指示に従っていただけない場合、退場いただく場合もありますのでご了承ください。
・本大会への選手、役員、観客としての参加に際して開催期間中に発生した事故やトラブル(怪我・紛失・盗難など)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、大会主催者及び主管協会は一切の責任を負いません 。
・役員以外の方は役員駐車場には駐車できません。駐車場係の指示に従ってください。

・本大会は有観客試合となり、入場制限はありません。入場料は無料です。
・閉会式、表彰式は行いません。試技終了後に受付まで賞状を受け取りにきてください。受けとった方から退場をお願いします。（賞状作成に時間を頂きます。）
・**滑り止めは各自準備をお願い致します。（液体のみ）**

【個人情報の取扱いについて】

・本大会の申込みで取得した個人情報は、大会運営業務遂行に関してのみ利用します。
・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・録画を、群馬県パワーリフティング協会、ならびに日本パワーリフティング協会が作成する各種の PR 用ポスター、WEB、SNS に掲載させていただくことがあります。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。大会中に収録した映像は会場内外の上映用画面、印刷物、テレビ放送、インターネット配信・SNS 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もあります。あらかじめご了承下さい。

伊香保温泉地　観光案内・アクセス

伊香保温泉（群馬県渋川市伊香保町伊香保）
歴史ある 365 段の石段街を中心に、『黄金の湯』『白銀の湯』の名湯や温泉街を散策。

名所：石段街／伊香保神社／佛光山法水寺／伊香保露天風呂／ロープウェイ展望台・見晴駅／原美術館／『千と千尋の神隠し』のモデルとして有名な河鹿橋／日本三大うどんの一つ『水沢うどん』

宿：伊香保の特徴である『黄金の湯』『白銀の湯』の二種類が楽しめる老舗旅館、旅館・温泉宿が多数
渋川伊香保温泉観光協会　https://www.ikaho-kankou.com/stay/ikaho/

アクセス

群馬県内：・JR 渋川駅から路線バス　約 30 分（関越交通・群馬バス）
・JR 高崎駅から群馬バス(伊香保ライナー)　約 70 分

他県：・東京方面：JR 上越・新幹線→高崎→渋川→バス　約 2～2.5 時間(高崎からの直通バスも)
・新潟・長野方面：新幹線→高崎→渋川→バス　約 1.5～2.5 時間(高崎からの直通バスも)
・栃木方面：JR 両毛線・宇都宮→渋川→バス　約 3 時間
JR 上越・新幹線→高崎→渋川→バス　約 2～2.5 時間(高崎からの直通バスも)
・茨城方面：新幹線→東京→高崎→渋川→バス　約 3～3.5 時間(高崎からの直通バスも)

高速バス：・東京　上州ゆめぐり号／東京ゆめぐり号（東京～伊香保）約 2.5 時間
・埼玉　ゆめぐり埼玉号／伊香保高速バス（埼玉～伊香保）約 2 時間

車：関越自動車道→渋川伊香保 IC→伊香保　IC 降りて約 20 分

第2回 群馬県ベンチプレス記録挑戦会

参加申込書 兼 記録カード

※参加申込書太枠内・誓約書に記入及び捺印し、所定の申込先に送付してください。

セッション・グループ	No.	■ノーギア		性別	フリガナ
		カテゴリ	一般	□男　□女	
				階級	氏名:
		生年月日(西暦)	年齢		
		年　月　日	歳	kg級	

都道府県	所属(個人・所属クラブ・団体など)	自己ベスト記録
		kg

検量体重	本大会への意気込み・アピールポイント
kg	

ベンチプレス　ラック高さ　穴　個目(　cm)	Bセーフティーバー高さ　穴　個目(　cm)
センター補助　□必要　□不要	足台　□必要　□不要

※検量時に第一試技・重量・ラックの高さを申告してください。

種目	第一試技	第二試技	第三試技	ベスト記録
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg

誓約書

(一社)群馬県パワーリフティング協会　御中　　年　月　日

本大会の開催期間中に発生した事故トラブル等に関しては自己の責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をお掛けいたしません。そして、将来にわたり一切の請求をしないことを誓います。なお、主管協会PR(JPA広報・JPAまたはGPAホームページやSNS)のために使用する大会の参加者本人を含む会場内の風景や競技内の風景、競技中の写真や動画の撮影、掲載されることに了承いたします。

〒　-

住所 _____ 署名 _____ ㊞

未成年の方 保護者/家族　署名 _____ ㊞

アドレス _____ TEL _____