



第16回 オールジャパン ミスフィットネス選手権大会
第5回 オールジャパン ミスボディフィットネス選手権大会
第3回 日本クラシック ボディビル選手権大会
第28回 長野県ボディビル選手権大会

進 行 表

平成23年8月7日(日) 中野市民会館

作成：社団法人 日本ボディビル連盟 競技運営委員会

選手受付 / ミーティング					
時間	ステージ		バックステージ	照明	その他
6:30～	仕込み				
7:30～	ジャッジズミーティング	審査員控室/審査委員会			
8:00～	選手受付(長野県連盟) ウェア・オイル・カラーチェック 当日検量	CD受取(カテゴリー毎に分ける) 選手控室:審査委員会/強化委員会 審査委員会/長野県連盟			CD等再確認

プレジャッジ					
時間	ステージ		バックステージ	照明	その他
8:30～	長野県男子	ピックアップ審査(17名⇒10名)	(各カテゴリー開始15分前に召集完了)		大黒(ベタ)
8:43～	長野県女子	比較審査(1～3位順位付)			
8:47～	長野県男子	比較審査(1～10位順位付)			
8:53～	審査委員交代				
8:55～	クラシック男子165cm以下級	ピックアップ審査(18名⇒12名)			
9:10～	クラシック男子170cm以下級	ピックアップ審査(16名⇒12名)			
9:24～	ボディフィットネス40才以上級	ピックアップ I・黒ビキニ(9名⇒6名)			
9:39～	ボディフィットネス160cm以下級	ピックアップ I・黒ビキニ(16名⇒6名)			
9:57～	ボディフィットネス164cm以下級	ピックアップ I・黒ビキニ(9名⇒6名)			
10:12～	ボディフィットネス164cm超級	ピックアップ I・黒ビキニ(8名⇒6名)			
10:27～	フィットネス(合同審査)	ラウンド I・ビキニ(5名)			
10:33～	クラシック男子165cm以下級	比較審査(1～12位順位付)			
10:48～	クラシック男子170cm以下級	比較審査(1～12位順位付)			
11:03～	クラシック男子175cm以下級	比較審査(1～8位順位付)			
11:16～	クラシック男子175cm超級	比較審査(1～11位順位付)			
11:30～	休 憩				

12:32～	開会式リハーサル(服装は自由)	出場選手全員参加/プラットホーム撤去			ドン下げ
--------	-----------------	--------------------	--	--	------

開 会 式					
時間	ステージ		バックステージ	照明	その他
12:10～	開会宣言	大会実行副委員長 山本 和 男	12:00 出場者集合・整列完了	大黒(ベタ)	SM
12:12～	全選手入場	(板付)	12:10 会長・来賓スタンバイ		ドン上げ
12:14～	国旗・連盟旗掲揚		12:10 審査員スタンバイ		
12:15～	主催者挨拶	日本ボディビル連盟会長 玉利 齊	12:15 功労賞スタンバイ		SM
12:18～	来賓祝辞	長野県連盟顧問 下条 みつ			SM
12:21～	来賓祝辞	長野県連盟顧問 丸山 栄一	*選手服装は午後試合時のもの(ラウンド2のコスチューム)		SM
12:24～	来賓紹介	小林 東一郎 中嶋 元三			
12:25～	選手宣誓	長野県代表 松田 順繁 東京都代表 山崎 志保			SM
12:26～	選手退場	(ドン下げ)			ドン下げ
12:28～	審査員紹介				ドン上げ
12:30～	審査員退場				

ファイナル					
時間	ステージ		バックステージ	照明	その他
12:31～	フィットネス160cm以下級	ラウンドⅡ(フィットネスラウンド)	(各カテゴリー開始15分前に召集完了)	大黒(ベタ)	
12:37～	フィットネス160cm超級	ラウンドⅡ(フィットネスラウンド)			
12:45～	休憩 5 分		プラットホーム設置		
12:50～	ボディフィットネス40才以上級	ピックアップⅡ・ワンピース(9名⇒6名)			
13:05～	ボディフィットネス160cm以下級	ピックアップⅡ・ワンピース(16名⇒6名)			
13:23～	ボディフィットネス164cm以下級	ピックアップⅡ・ワンピース(9名⇒6名)			
13:38～	ボディフィットネス164cm超級	ピックアップⅡ・ワンピース(8名⇒6名)			
13:53～	審査委員交代				
13:55～	長野県女子	各1分のフリーポーズ(3名)			
14:02～	長野県男子	各1分のフリーポーズ(10名)			
14:19～	審査委員交代				
14:21～	クラシック男子165cm以下級	各1分のフリーポーズ(6名)			
14:32～	クラシック男子170cm以下級	各1分のフリーポーズ(6名)			
14:43～	クラシック男子175cm以下級	各1分のフリーポーズ(6名)			
14:54～	クラシック男子175cm超級	各1分のフリーポーズ(6名)			
15:05～	ボディフィットネス40才以上級	決勝・ワンピース(6名)			
15:12～	ボディフィットネス160cm以下級	決勝・ワンピース(6名)			
15:19～	ボディフィットネス164cm以下級	決勝・ワンピース(6名)			
15:26～	ボディフィットネス164cm超級	決勝・ワンピース(6名)			
15:33～	フィットネス(合同審査)	ラウンドⅢ・ワンピース(5名)			ドン下げ
16:53～	休憩 5 分		表彰台設置(3×6平台)		

ポーズダウン～表彰式					
時間	ステージ		バックステージ	照明	その他
15:45～	長野県女子	1位～3位表彰	(各カテゴリー開始10分前に召集完了)	大黒(ベタ)	ドン上げ
15:49～	長野県男子	1位～10位表彰			
15:54～	クラシック男子165cm以下級	1位～6位表彰			
15:59～	クラシック男子170cm以下級	1位～6位表彰			
16:01～	クラシック男子175cm以下級	1位～6位表彰			
16:06～	クラシック男子175cm超級	1位～6位表彰			
16:11～	ボディフィットネス40才以上級	1位～6位表彰			
16:16～	フィットネス160cm以下級	1位～2位表彰			
16:19～	フィットネス160cm超級	1位～3位表彰			
16:22～	ボディフィットネス160cm以下級	1位～6位表彰			
16:27～	ボディフィットネス164cm以下級	1位～6位表彰			
16:32～	ボディフィットネス164cm超級	1位～6位表彰			
16:37～	閉会宣言	大会実行副委員長 池上 健	閉会宣言後ドン下げ		ドン下げ
16:39～	舞台、場内後片付け				

記載されている時刻は全て予定です。

進行上前後することがありますので、選手は各自出場クラスに合わせ進行状況を確認しながら準備を行って下さい。