

EVENT CALENDER

大会や講習会を予定しておられる主催者の皆様、イベント情報をワールドニュース編集部までご連絡ください

公益社団法人日本パワーリフティング協会（JPA）の公認パワーリフティング並びにベンチプレス競技会に出るには平成30年度JPA登録が必要です。登録手続きはJPAホームページをご参照ください。（H30年度はH30.4.1～H31.3.31までです）

団体登録費		10,000円
選手登録費団体所属	一般・マスターズ	5000円
個人登録	一般・マスターズ	10,000円
団体、個人登録にかかわらず	大学生	2000円
	中高生	1000円

特定非営利活動法人日本パラ・パワーリフティング連盟（JPPF）の大会に参加を希望される場合は、JPPFへの登録が必要です。（H30年度はH30.4.1～H31.3.31までです。登録はホームページの各種登録から。<http://jppf.jp/>）選手登録費は2000円です。

ワールドニュースでは、噂で聞いたイベントもカレンダーで紹介しております。詳細は主催、主管協会にお問合せ下さい。連絡先については、都道府県協会、JPA事務局、JPPFとある場合は名簿を参照して下さい。パラ・パワーリフティング大会とあるのは、パラリンピック系のパワーリフティング大会を指します。

平成31年大会予定（2019年）

1月

19-20 ジャパンクラシックベンチ
大阪府堺市大浜体育館 問合せ；大阪府協会

2月

2-3 全日本パラ・パワーリフティング選手権大会
日本工学院専門学校 問合せ；JPPF

11-15 パラ・パワーリフティングワールドカップドバイ
（IPCコーチが参加するときのみ実施）
ドバイ、UAE 問合せ；JPPF

9-11 ジャパンクラシックパワー
一般、ジュニア、サブジュニア
つくば市カピオ 問合せ；茨城協会

16-21 パラ・パワーリフティングドバイワールドカップ
ドバイ、UAE
（連盟コーチが参加するときのみ派遣） 問合せ；JPPF

24 ウェストトーキョーパワー
パワーハウス 問合せ；東京協会

3月

3 第一回彩の国ベンチプレス大会（旧首都圏ベンチ）
問合せ；埼玉協会

未定 首都圏ベンチ
埼玉県 問合せ；埼玉県協会

12-17 アジアパシフィックパワー&ベンチ（N+F）
ゴールドコースト、オーストラリア

24 全日本高校選抜
さいたま市大宮武道館 問合せ；埼玉県協会

4月

7 千葉県主運気パワー&ベンチ
袖ヶ浦 問合せ；千葉県協会

13 東京都春季パワーリフティング選手権大会
駒沢屋内球技場 問合せ；東京都協会

13-14 チャレンジカップ京都
NTC京都 問合せ；JPPF

21 栃木県春季パワー
日産栃木工場 問合せ；栃木協会

21 茨城県春季パワー（茨城国体予選）
谷田部総合体育館 問合せ；茨城県協会

21-16 アジアパワー大会（F）
香港 問合せ；JPA

27-28 全日本パワー5種大会
一般男女、ジュニア、サブジュニア、マスターズ
大阪堺市大浜体育館 問合せ；JPA

25-28 パラ・パワーワールドカップエゲル大会
エゲル、ハンガリー 問合せ；JPPF

5月

18-25 世界ベンチ（N+F）
マロウドインターナショナル成田 問合せ；JPA
17 テクニカルミーティング

18-21 クラシック
22-25 イクイップト

26 全日本実業団パワー&教職員ベンチ
埼玉、サイデン化学アリーナ 問合せ；実業団連盟

6月

2（未定または、9）国体関東ブロック予選
山梨県 問合せ；山梨県協会

未定 春季東京都ベンチプレス選手権大会
問合せ；東京都協会

3-15 世界クラシックパワー
Helsingborg、スウェーデン

問合せ先

（公社）日本パワー協会

〒 678-0239 兵庫県赤穂市加里屋 98-15-205

T:0791-43-2000

メール；powerlifting@japan-sports.or.jp

技術委員会 塩田宗廣

国際委員会 石本直樹

実業団連盟 河部勝次（問合せは下記事務局へ）

〒 301-0902 稲敷市上根本 8330-6 五十嵐清四郎

携帯；090-3003-9175 F; 0297-87-5108

大学連盟 石井直方

〒 153-8902 目黒区駒場 3-8-1 東大身体運動科学研究棟内

F:03-5454-4317

高校連盟 石原正規（問合せは下記事務局へ）

〒 337-0975 さいたま市緑区代山 172 浦和学院高校内

秋本敦子 T; 048-878-2101 F; 048-878-3335

教職員ネットワーク 中谷幸市（代表幹事）

〒 188-0001 西東京市谷戸町 3-13-18

T:090-6122-4727

北海道・東北ブロック 太田勇吉

〒 030-0964 青森市南佃 2-23-42 TEL 017-718-1775

北海道 佐藤勝義（連絡は下記へ）

〒 078-8261 旭川市東旭川南 1 条 5-6-3 トータル旭川、菅原方

T&F; 0166-36-2972

青森 葛西孝志（連絡は下記へ）

〒 030-0851 青森市旭町 3-4-8 B-3

T&F; 017-777-6157 阿部靖

秋田 高橋誠広（連絡は下記へ）

〒 018-1523 南秋田郡井川町坂本三獄下 138 伊藤和弘方

T&F; 018-874-2541

岩手 伊藤英伸

〒 029-4102 西磐井郡平泉町平泉字樋の沢 39-5

T&F; 0191-46-4782

山形 菊池芳徳

〒 992-0472 南陽市宮内 3512-2 T; 0238-47-4397

宮城 齋藤高史（連絡は下記へ）

〒 981-0111 宮城郡利府町加瀬字野中沢 90-1 THE ZEN CLUB

K&B GYM 鈴木俊彦 T; 090-5232-5690 F; 022-356-7071

福島 片平登

〒 960-8163 福島市方木田方字方木田 41-7 T; 024-546-2679

関東ブロック 寺門浩之

〒 311-0131 茨城県那珂市北酒出 819 T; 029-298-2407

（関東大会は下記の順で開催されます）

山梨 関本正志

〒 406-0801 笛吹市御坂町成田 1786-1 (株) ARCA 山梨内

T; 055-261-8777 F; 055-261-8778

神奈川 小野琢司（連絡は事務局へ）

〒 244-0003 横浜市戸塚区戸塚町 1537 佐野博

T&F; 045-862-2653

東京 荒川大介（理事長代行）（連絡は事務局へ）

〒 182-0036 調布市飛田給 1-28-7 パワーハウス内

T&F; 042-444-5787、14-22 時

埼玉 椎橋 文夫（連絡は下記へ）

〒 333-0823 埼玉県川口市石神 1337-7 古賀光範

T&F; 048-295-7972

群馬 西脇聖明

〒 371-0855 前橋市問屋町 1-11 2F スポーツジムユニコーン

T&F; 027-255-0180 (PM17 ~ PM23)

栃木 久保隆明（連絡は下記へ）

〒 321-0912 栃木県宇都宮市石井町 2800-157-501 荻原明信

T&F; 028-663-7860

茨城 寺門浩之（連絡は下記へ）

〒 305-0012 茨城県つくば市中根 237 酒井二三彦

協会専用電話；029-298-2407 F; 029-295-7806

千葉 中野努（連絡は下記へ）

〒 299-0111 市原市姉崎 2567-1 エスフォルサークル、加藤義治

T&F; 0436-62-9569

東海ブロック 伊藤教雄

〒 443-0045 愛知県蒲郡市旭町 8-21 T; 0533-67-4123

静岡 福島政幸（連絡は事務局へ）

〒 416-0908 富士市柚木 24-6 (福島勇輝)

T; 0545-64-0281

愛知 伊藤教雄（連絡は下記へ）

〒 440-0011 豊橋市牛川通 3-2-9 パワーフィットネス川辺一郎

T&F; 0532-63-6955

三重 三橋信之（連絡は下記へ）

〒 514-2308 津市安濃町川西 283 眞柄伸幸

T; 090-2777-1573 F; 059-268-3775

岐阜 久野毅（連絡は下記へ）

〒 505-0032 美濃加茂市市島町 4-4-12 T; 0574-25-3202

北信越ブロック 相馬満信

〒 950-2076 新潟市西区上新栄町 6-4-1 T; 025-269-0093

福井 武井康弘（連絡は下記へ）

〒 912-0815 大野市下麻生鴨 81-5 豊屋英明 T; 0779-66-6435

新潟 相馬満信（連絡は下記へ）

〒 950-0986 新潟市中央区神道寺南 2-10-10 西野朋子

問合せ先

T&F; 025-246-0546	T; 080-1912-4464 F; 0853-23-4902
長野 北澤国彦	四国ブロック 高井隆義 (徳島県と同じ)
〒 399-9211 北安曇郡白馬村神代 22200-42 チームレスキュー	高知 山本英立
T&F; 0261-75-4331	〒 780-8075 高知市朝倉南町 5-14-6
富山 吉野孝正	T. 090-7753-1422
〒 939-2605 富山市婦中町河原町 456 T; 076-469-2056	香川 植田英司
石川 渡辺智康 (連絡は下記)	〒 760-0078 高松市今里町 2-18-4 高松TC 中尾達文
〒 920-0001 金沢市千木町ル 215 森岡一義	T; 087-834-7983 F; 087-834-9665
T; 090-2831-7856 F; 076-266-2333(日本美装)	徳島 高井義隆
近畿ブロック 廣岡覚	〒 770-8003 徳島市津田本町 5-1-23
〒 546-0033 大阪市東住吉区南田辺 4-8-28-401	T; 088-663-4705 F; 088-662-4475
T; 06-6697-03794275	愛媛 宮内洋一
大阪 門真一郎	〒 790-0966 松山市立花 6-5-10
〒 559-0006 住之江区浜口西 1-2-7	T; 089-945-4978
T; 090-9111-3040 F; 06-6678-1664	九州ブロック 藤井正通 連絡は長崎県へ
滋賀 中出裕己 (近畿ブロック長に連絡を)	長崎 藤井正通
京都 三浦重則	〒 817-0015 対馬市巖原町西里 77-4
〒 621-0831 亀岡市篠町森向坂 1-13 T; 0771-23-5420	T&F; 0920-52-3463
兵庫 塩田宗廣	福岡 鶴忠信
〒 662-0082 西宮市苦楽園二番町 8-18 T : 090-1907-7139	〒 816-0804 春日市原町 1-95
奈良 道下健一	T&F; 092-573-5843
〒 631-0078 奈良市富雄元町 1-5-28-208 T&F; 0742-43-3919	佐賀 福井浄
和歌山 梶川幸朗	〒 840-0016 佐賀市南佐賀 1-21-28
〒 640-8329 和歌山市田中町 3-81	T&F; 0952-23-1628
T; 073-436-6585 F; 073-436-6693	熊本 甲斐祐規
中国ブロック 石本直樹	〒 861-1102 合志市須屋 2745-114
〒 708-0015 岡山県津山市神戸 800-1	T&F; 096-242-5620
T; 0868-28-0535 F; 0868-28-4521	大分 新役員調整中
岡山 石本直樹 (連絡は下記へ)	宮崎 井本全保
〒 700-0082 岡山市北区津島福居 1-7-27-4 岡大WT合宿所	〒 882-0023 延岡市牧町 4668-2
浅野立直 T; 080-6313-5981 F; 086-255-5889	T; 0982-32-0538
山口 國弘竹二	鹿児島 樫山龍一
〒 747-0037 防府市八王子 1-10-13 ステイヤング	〒 899-5102 霧島市隼人町真孝 1570-7 ティーズ1F
T&F; 0835-22-1358	T; 0995-43-4977 F.0995-43-0509
鳥取 谷本明禧	沖縄 比屋定英信 (連絡は下記へ)
〒 682-0023 倉吉市山根 557-1 パープルタウンゴールドジム	〒 901-0244 豊見城市字宜保 118 濱里一
T; 0858-26-5928 F; 0858-26-9434	T&F 098-995-8459
広島 濱本清司 (連絡は下記へ)	特定非営利活動法人日本パラ・パワーリフティング連盟 (JPPF)
〒 720-1812 神石郡神石高原町柚木甲 5143-4 池田文昭	事務局 〒 107-0052 東京都港区赤坂 1-2-2 日本財団ビル 4 F
T; 090-2006-5699 F; 0847-82-2044	電話 03-6229-5423 F A X 03-6229-5420
島根 木谷健一 (連絡は下記へ)	
〒 693-0055 出雲市八島町 44 花田祥之	



JPA技術委員会制度改正

JPA技術委員会

ルールブック ホームページに掲載



📁 ルールブックをホームページに掲載しました。

<http://www.jpa-powerlifting.or.jp/2015/wp-content/uploads/2018/06/bfcad94592f0c8261656859e616d45ac.pdf>

(改正分を訂正しないといけないので、その部分
はもうしばらくお待ちください。)

📁 ルールがわからない場合、すぐ調べて正しいルールの下でやりましょう！！

日本記録証、その場で発行にかわります！



- 各担当ブロック技術委員に委任し、日本記録証をその場で発行する。(表彰式の際に発行します！)
- 同日の場合は、すべて認定する。
- 各ブロック技術委員は、終了後速やかにJPA技術委員会に報告し、記録の改訂を行う。
- フルギア・ノーギアの日本記録はそれぞれ完全分離になりました。(ノーギアの記録がフルギアの記録を超えても、更新とならない。)
- 日本記録担当は、大森聖子技術委員です。

審判昇級試験の簡略



- 改定 2級→20人以上の公認パワーリフティング大会ならどこでも可(試験官をブロック技術委員より派遣します。)

2級受験資格を審判10回→8回に軽減

受験時に試技数が足りない時は、試技数が足りない場合は、試技数に応じて、合格点を割り出す。

(例えば合計80試技なら、一級は $90 \times 0.8 = 80$ 試技で72点で合格)

(2級は、80試技なら、 $85 \times 0.8 = 68$ 点で合格)

(小数点は切り下げる。)

- 1級は全国大会で変わりありません。

1級受験資格を審判10回のうち、7回は全国規模の大会から、5回に軽減。
なおその5回はパワーリフティング競技に限る。

- 受験はネット申し込みで。理事会の承認は必要なくなりました。
- 審判関連担当は、荒川大介技術副委員長です。

国際審判試験の簡略化



- 改定 2級以上無条件でOK！
- アジア大会では、学科試験日本語訳を出すことを、確約いただいています。
- ふるって挑戦してください！！

ベルトが地方大会に限り簡略化



- 国内では全国規模・ブロックの大会を除き、厚さが均一になくとも使用可能。

国内ルールとして、全国規模とブロック大会を除き、ループが2本取り付けられていたり、背中の部分だけが厚くなっているようなベルトでも使用可。



このタイプのベルトが都道府県大会以下では可能！

競技服装の明確化・その他改正



- 地方大会に限り、競技服装はスパッツも可。
ただし、ロングスパッツ、短パンは不可！
- ランキング制度は廃止になりました。
- 地方大会は、グループ分けパワーは15名以上の縛りがなくなり、地方協会の裁量に任せます。
- 宿泊を要する大会では、大会で使用する検量計と同じものを、メインホテルに置く義務を、置く努力に変わりました。
- ベンチプレス競技において、試技申請が20kgから可能になりました。22.5kgはカラーを止めないでOKです。

国際派遣標準記録の簡略化



● 派遣標準記録

- 世界大会派遣標準記録は、世界選手権では自身が出場した選考競技会にて、その選考競技会に出場する時の標準記録とする。
- アジア選手権では、自身が出場した選考競技会にて、その選考競技会に出場する時の一つ下の階級の標準記録とする。一番軽い階級の時は、パワーは20kgマイナス、ベンチは10kgマイナスとする。

● 選考基準

- 世界選手権は、どのカテゴリーも、1位から3位までを選考対象とする。
- アジア選手権は、どのカテゴリーも、アジア大会派遣標準記録突破者が選考対象とする。
- その他の国際親善大会はその都度別途定める。

● 出場優先順位

- 出場できる選手数は、各階級に一つずつなので、
- 一般・マスターズ 男子8名、女子7名
- サブジュニア・ジュニア 男子9名、女子8名である。
- 各階級とも優勝者を出場優先順位第1位とする。
- 辞退が出た場合、2位の選手でフォーミラー指数が一番高い選手を順次選考する。
- 各階級の2位でも選考が余る場合は、順次順位を繰り下げる。
- 同じ階級に出場できる選手数は2名である。

国際関連担当は、八木為総技術副委員長です。

B標準について



- ☐ B標準を設定する。B標準は自分が出る階級・カテゴリーの一つ下とする。
- その記録が出れば、推薦で各地区の技術ブロック長の推薦で、1大会3人まで出れるようにする。
(例えば、ジュニア・マスターズ併催の場合は、ジュニアとマスターズ合わせて3名まで。)
- 一番下の階級は、パワー20kg、ベンチ10kgマイナス
施行は31年度からスタート！

審判服装について



- 📁 全日本大会・ブロック大会は正装。現行通りです。
靴に関しては、その会場にふさわしいもので。
(黒の革靴以外でもOK！)
- その他の大会は、審判ポロシャツOK！！

大会の公認申請等について



- ☐ 大会公認申請、結果報告を紙ベースの書類から、Word・エクセル・PDFベースのデータでメールでもらう。

公認申請申し込みフォームと、報告フォームを作りました。

- ☐ 公認されると、JPAホームページの都道府県のところに、掲載されます。

技術委員会メンバー



JPA技術委員会 委員長 塩田 宗廣

副委員長 荒川大介(審判試験)

大森 了(大会総括)

八木為総(国際派遣)

委員 伊差川浩之(IPF・APF折衝) 三浦浩(音響)

善本光彦(大会公認) 大森聖子(日本記録)

ブロック技術委員会

北日本地区 正 北野敏雄

関東地区 正 大森了 副 大森聖子

中部地区 正 副 神野

北信越地区 正 沖浦克治 副 相馬満信

近畿地区 正 森田俊介 副 内藤雅文

中国・四国地区 正 神岡さん 副

九州地区 正 伊差川浩之 副

昇級審判試験は、ブロック技術委員会より試験官派遣

関係各位

技術委員長 阿南 喜裕
(公印省略)

平成30年度 JPAが主催する全国規模の競技会における出場標準記録について

1. 出場標準記録を設ける競技会

- 1-1. 表1に定める全国規模競技会(以下、「全国大会」と称す)においては「出場標準記録」を設けるものとし、選手はその記録以上の実績を有していなければならない。尚、出場標準記録は、性別、年齢カテゴリー、階級ごとに設けるものとし、その記録は別表による。

【表1】 JPAが出場標準記録を設定する全国大会

競技会名	出場標準記録	男子 実施カテゴリー				女子 実施カテゴリー			
		一般	サブジュニア	ジュニア	マスターズ1~4	一般	サブジュニア	ジュニア	マスターズ1~4
1 全日本男子パワーリフティング選手権大会	表2	◎	—	—	—	—	—	—	—
2 全日本女子パワーリフティング選手権大会	表2	—	—	—	—	◎	—	—	—
3 全日本サブジュニアパワーリフティング選手権大会	表2	—	◎	—	—	—	◎	—	—
4 全日本ジュニアパワーリフティング選手権大会	表2	—	—	◎	—	—	—	◎	—
5 全日本マスターズパワーリフティング選手権大会	表2	—	—	—	◎ *1	—	—	—	◎ *1
6 全日本ベンチプレス選手権大会	表3	◎	—	—	—	◎	—	—	—
7 全日本サブジュニアベンチプレス選手権大会	表3	—	◎	—	—	—	◎	—	—
8 全日本ジュニアベンチプレス選手権大会	表3	—	—	◎	—	—	—	◎	—
9 全日本マスターズベンチプレス選手権大会	表3	—	—	—	◎ *1	—	—	—	◎ *1
10 ジャパンクラシックパワーリフティング選手権大会	表4	◎	◎	◎	◎ *1	◎	◎	◎	◎ *1
11 ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会	表5	◎	◎	◎	◎ *1	◎	◎	◎	◎ *1

※上記1~9:フルギア大会、10~11:ノーギア大会

- 1-2. 以下のカテゴリーについては、出場標準記録を設けないものとする。

*1. 全ての全国大会における、マスターズ4部門。(カレンダーイヤーによる70歳以上)

※全ての全国大会において、女子の標準記録を新設する。(マスターズ4部門を除く)

2. 選手の実績として認められる有効期間と競技会

- 2-1. 選手の実績は、次に定める期間および競技会における成績を有効とする。

- 2-2. 有効期間は、当該全国大会の前年度開催日の初日から、当年度の申込み締切日までとする。(大会当日の記録を含む) 但し、その期間が6ヶ月未満となる場合は、別途定めるものとする。

- 2-3. 有効とする競技会は、以下のとおりとする。

1) 日本国内で開催されるJPA公認競技会であること。

例1) 平成30年度全日本マスターズパワーリフティング選手権大会においては、平成29年度の同大会の成績は有効である。

また、同大会以降開催の他の全国大会(全日本男女パワーリフティング選手権大会等)の成績も有効である。

2) IPF・APF主催ならび傘下協会主催の各世界選手権大会

原則として、カテゴリー(フルギア/ノーギア)、および競技種別(パワーリフティング/ベンチプレス)は同一であること。

パワーリフティング競技会のベンチプレス種目の記録がシングルベンチプレス競技の標準記録を突破した際は、従来通りそれを認める。

但し、ノーギア大会でフルギア全国大会の標準記録を突破した場合は、それを認める。

例1) フルギア大会での成績が、ノーギア全国大会の標準記録を超えていたとしても、それへの出場はできない。

- 2-4. マスターズIV等標準記録を定めないカテゴリーでも、上記2-2.で定められた期間内に最低1回以上の公式戦参加が必要となる。

参加が無い場合は、標準記録の有無にかかわらず、当該競技会への参加要件を満たさないものとして扱う。

なお、この項は、平成27年6月1日以降に実施される全国規模競技会すべてに適用される。

3. 実績と異なる階級への出場について

選手は、標準記録以上の成績を納めた際の階級と異なる階級へは、出場はできないものとする。

但し、体重より更に重い階級の標準記録を突破している場合のみ、その重い階級への出場は認められる。

例1) 74kg級で出場した際に、83kg級の標準記録まで突破している選手は、66kg級へは出場できないが、83kg級には出場できる。

4. 推薦枠について

4-1 全日本パワーリフティング選手権大会(一般のみ)においては、標準記録に満たない選手であっても、次の基準においてブロック推薦選手および学連推薦選手の出場を認めることができる。

1) ブロック推薦枠

・都道府県大会優勝者またはブロック大会上位入賞者であり、当該ブロック長の推薦があり技術委員会が認めた選手は、ブロック毎に男女合計3名までの出場を可能とする。

・ブロックはJPA組織体系による次の8ブロックとする。

①北海道・東北、②関東、③東海、④北信越、⑤近畿、⑥中国、⑦四国、⑧九州・沖縄

2) 学連推薦枠

・全日本学生選手権大会優勝者であり、全日本学生連盟理事長の推薦があり技術委員会が認めた選手は、男女合計3名までの出場を可能とする。

4-2. 全日本ベンチプレス選手権大会(一般のみ)においては、標準記録に満たない選手であっても、次の基準において、ブロック推薦選手の出場を認めることができる。

1) ブロック推薦枠

・都道府県大会優勝者またはブロック大会上位入賞者であり、当該ブロック長の推薦の上、技術委員会が認めた選手は、ブロック毎に男女合計3名までの出場を可能とする。

・ブロックはJPA組織体系による次の8ブロックとする。

①北海道・東北、②関東、③東海、④北信越、⑤近畿、⑥中国、⑦四国、⑧九州・沖縄

4-3. 出場標準記録を有するJPA主催の全ての全国規模競技会においては、標準記録に満たない選手であっても、前項4-1および4-2にかかわらずなく、次の基準において大会主管協会推薦の選手の出場を認めることができる。

1) 大会主管協会推薦枠

・大会を主管する都道府県協会に登録している選手であり、主管協会理事長の推薦の上、技術委員会が認める選手は、男女合計3名までの出場を可能とする。

4-4. 上記いずれの推薦枠行使に際しても、当該競技会の標準記録獲得期間内に公式競技会に出場した選手であり、かつ当該競技会申込締切前に事前に推薦手続きならび出場申込が完了した場合に限り有効とする。

【表2】各全日本パワーリフティング選手権大会、出場標準記録

男子

階級 kg級	53 ※	59	66	74	83	93	105	120	120+
一般	-	515	570	620	660	700	740	770	790
ジュニア マスターズ1	415	465	515	560	595	630	665	695	710
マスターズ2	-	410	455	500	527.5	560	592.5	615	635
サブジュニア マスターズ3	280	310	340	370	395	420	445	460	475

女子

階級 kg級	43 ※	47	52	57	63	72	84	84+
一般	-	255	280	300	315	330	345	350
ジュニア マスターズ1	210	230	250	270	285	300	310	315
マスターズ2	-	200	225	240	250	260	270	275
サブジュニア マスターズ3	140	155	170	180	190	200	205	210

【表3】各全日本ベンチプレス選手権大会、出場標準記録

男子

階級 kg級	53 ※	59	66	74	83	93	105	120	120+
一般	-	135	147.5	160	172.5	185	195	200	205
ジュニア マスターズ1	107.5	120	132.5	145	155	165	175	180	185
サブジュニア マスターズ2	97.5	107.5	117.5	127.5	137.5	147.5	155	160	165
マスターズ3	-	87.5	95	105	115	122.5	130	135	140

女子 (M3新設)

階級 kg級	43 ※	47	52	57	63	72	84	84+
一般	-	60	65	70	75	82.5	90	95
ジュニア マスターズ1	50	55	60	65	70	75	80	85
サブジュニア マスターズ2	45	47.5	50	55	60	65	70	75
マスターズ3	-	40	42.5	45	47.5	52.5	57.5	60

(男女とも、マスターズ4には標準記録を設定しない)

【表2～5共通】 ※印の階級は、ジュニア・サブジュニアのみ対象、数字の赤字は改定または新設

【表4】ジャパンクラシックパワーリフティング選手権大会、出場標準記録

男子

階級 kg級	53 ※	59	66	74	83	93	105	120	+120
一般	-	395	435	475	510	535	560	580	590
ジュニア マスターズ1	320	355	390	425	460	482.5	505	520	530
マスターズ2	-	315	347.5	380	407.5	427.5	445	465	475
サブジュニア マスターズ3	195	215	240	260	280	292.5	310	320	325

女子 (新設)

階級 kg級	43 ※	47	52	57	63	72	84	84+
一般	-	190	210	225	235	247.5	257.5	262.5
ジュニア マスターズ1	157.5	172.5	187.5	202.5	212.5	225	232.5	235
マスターズ2	-	150	167.5	180	187.5	195	202.5	205
サブジュニア マスターズ3	105	115	127.5	135	142.5	150	152.5	157.5

【表5】ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会、出場標準記録

男子

階級 kg級	53 ※	59	66	74	83	93	105	120	+120
一般	-	107.5	117.5	127.5	137.5	147.5	155	160	165
ジュニア マスターズ1	87.5	95	105	115	125	132.5	140	145	147.5
サブジュニア マスターズ2	77.5	85	95	102.5	110	117.5	125	127.5	130
マスターズ3	-	70	75	82.5	90	95	100	105	107.5

女子 (新設)

階級 kg級	43 ※	47	52	57	63	72	84	84+
一般	-	45	47.5	52.5	55	60	67.5	70
ジュニア マスターズ1	37.5	40	45	47.5	52.5	55	60	62.5
サブジュニア マスターズ2	32.5	35	37.5	40	45	47.5	52.5	55
マスターズ3	-	30	32.5	35	37.5	40	42.5	45

関係各位

技術委員長 阿南 喜裕
(公印省略)

平成31年度 JPAが主催する全国規模の競技会における出場標準記録について

1. 出場標準記録を設ける競技会

- 1-1. 表1に定める全国規模競技会(以下、「全国大会」と称す)においては「出場標準記録」を設けるものとし、選手はその記録以上の実績を有していなければならない。尚、出場標準記録は、性別、年齢カテゴリー、階級ごとに設けるものとし、その記録は別表による。

【表1】 JPAが出場標準記録を設定する全国大会

競技会名	出場標準記録	男子 実施カテゴリー				女子 実施カテゴリー			
		一般	サブジュニア	ジュニア	マスターズ1~4	一般	サブジュニア	ジュニア	マスターズ1~4
1 全日本男子パワーリフティング選手権大会	表2	◎	—	—	—	—	—	—	—
2 全日本女子パワーリフティング選手権大会	表2	—	—	—	—	◎	—	—	—
3 全日本サブジュニアパワーリフティング選手権大会	表2	—	◎	—	—	—	◎	—	—
4 全日本ジュニアパワーリフティング選手権大会	表2	—	—	◎	—	—	—	◎	—
5 全日本マスターズパワーリフティング選手権大会	表2	—	—	—	◎ *1	—	—	—	◎ *1
6 全日本ベンチプレス選手権大会	表3	◎	—	—	—	◎	—	—	—
7 全日本サブジュニアベンチプレス選手権大会	表3	—	◎	—	—	—	◎	—	—
8 全日本ジュニアベンチプレス選手権大会	表3	—	—	◎	—	—	—	◎	—
9 全日本マスターズベンチプレス選手権大会	表3	—	—	—	◎ *1	—	—	—	◎ *1
10 ジャパンクラシックパワーリフティング選手権大会	表4	◎	◎	◎	◎ *1	◎	◎	◎	◎ *1
11 ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会	表5	◎	◎	◎	◎ *1	◎	◎	◎	◎ *1

※上記1~9:フルギア大会、10~11:ノーギア大会

- 1-2. 以下のカテゴリーについては、出場標準記録を設けないものとする。

*1. 全ての全国大会における、マスターズ4部門。(カレンダーイヤーによる70歳以上)

※全ての全国大会において、女子の標準記録を新設する。(マスターズ4部門を除く)

2. 選手の実績として認められる有効期間と競技会

- 2-1. 選手の実績は、次に定める期間および競技会における成績を有効とする。

- 2-2. 有効期間は、当該全国大会の前年度開催日の初日から、当年度の申込み締切日までとする。(大会当日の記録を含む) 但し、その期間が6ヶ月未満となる場合は、別途定めるものとする。

- 2-3. 有効とする競技会は、以下のとおりとする。

1) 日本国内で開催されるJPA公認競技会であること。

例1) 平成31年度全日本マスターズパワーリフティング選手権大会においては、平成30年度の同大会の成績は有効である。

また、同大会以降開催の他の全国大会(全日本男女パワーリフティング選手権大会等)の成績も有効である。

2) IPF・APF主催ならび傘下協会主催の各世界選手権大会

原則として、カテゴリー(フルギア/ノーギア)、および競技種別(パワーリフティング/ベンチプレス)は同一であること。

パワーリフティング競技会のベンチプレス種目の記録がシングルベンチプレス競技の標準記録を突破した際は、従来通りそれを認める。

但し、ノーギア大会でフルギア全国大会の標準記録を突破した場合は、それを認める。

例1) フルギア大会での成績が、ノーギア全国大会の標準記録を超えていたとしても、それへの出場はできない。

- 2-4. マスターズIV等標準記録を定めないカテゴリーでも、上記2-2.で定められた期間内に最低1回以上の公式戦参加が必要となる。

参加が無い場合は、標準記録の有無にかかわらず、当該競技会への参加要件を満たさないものとして扱う。

なお、この項は、平成27年6月1日以降に実施される全国規模競技会すべてに適用される。

3. 実績と異なる階級への出場について

選手は、標準記録以上の成績を納めた際の階級と異なる階級へは、出場はできないものとする。

但し、体重より更に重い階級の標準記録を突破している場合のみ、その重い階級への出場は認められる。

例1) 74kg級で出場した際に、83kg級の標準記録まで突破している選手は、66kg級へは出場できないが、83kg級には出場できる。

4. 推薦枠について

4-1 全日本パワーリフティング選手権大会(一般のみ)においては、標準記録に満たない選手であっても、次の基準においてブロック推薦選手および学連推薦選手の出場を認めることができる。

1) ブロック推薦枠

・都道府県大会優勝者またはブロック大会上位入賞者であり、当該ブロック長の推薦があり技術委員会が認めた選手は、ブロック毎に男女合計3名までの出場を可能とする。

・ブロックはJPA組織体系による次の8ブロックとする。

①北海道・東北、②関東、③東海、④北信越、⑤近畿、⑥中国、⑦四国、⑧九州・沖縄

2) 学連推薦枠

・全日本学生選手権大会優勝者であり、全日本学生連盟理事長の推薦があり技術委員会が認めた選手は、男女合計3名までの出場を可能とする。(クラシックパワーにおいて、一般枠に対し有効とする)

4-2. 全日本ベンチプレス選手権大会(一般のみ)においては、標準記録に満たない選手であっても、次の基準において、ブロック推薦選手の出場を認めることができる。

1) ブロック推薦枠

・都道府県大会優勝者またはブロック大会上位入賞者であり、当該ブロック長の推薦の上、技術委員会が認めた選手は、ブロック毎に男女合計3名までの出場を可能とする。

・ブロックはJPA組織体系による次の8ブロックとする。

①北海道・東北、②関東、③東海、④北信越、⑤近畿、⑥中国、⑦四国、⑧九州・沖縄

4-3. 出場標準記録を有するJPA主催の全ての全国規模競技会においては、標準記録に満たない選手であっても、前項4-1および4-2にかかわらずなく、次の基準において大会主管協会推薦の選手の出場を認めることができる。

1) 大会主管協会推薦枠

・大会を主管する都道府県協会に登録している選手であり、主管協会理事長の推薦の上、技術委員会が認める選手は、男女合計3名までの出場を可能とする。

4-4. 上記いずれの推薦枠行使に際しても、当該競技会の標準記録獲得期間内に公式競技会に出場した選手であり、かつ当該競技会申込締切前に事前に推薦手続きならび出場申込が完了した場合に限り有効とする。

【表2】各全日本パワーリフティング選手権大会、出場標準記録

男子

階級 kg級	53 ※	59	66	74	83	93	105	120	120+
一般	-	515	570	620	660	700	740	770	790
ジュニア マスターズ1	415	465	515	560	595	630	665	695	710
マスターズ2	-	410	455	500	527.5	560	592.5	615	635
サブジュニア マスターズ3	280	310	340	370	395	420	445	460	475

女子

階級 kg級	43 ※	47	52	57	63	72	84	84+
一般	-	255	280	300	315	330	345	350
ジュニア マスターズ1	210	230	250	270	285	300	310	315
マスターズ2	-	200	225	240	250	260	270	275
サブジュニア マスターズ3	140	155	170	180	190	200	205	210

【表3】各全日本ベンチプレス選手権大会、出場標準記録

男子

階級 kg級	53 ※	59	66	74	83	93	105	120	120+
一般	-	135	147.5	160	172.5	185	195	200	205
ジュニア マスターズ1	107.5	120	132.5	145	155	165	175	180	185
サブジュニア マスターズ2	97.5	107.5	117.5	127.5	137.5	147.5	155	160	165
マスターズ3	-	87.5	95	105	115	122.5	130	135	140

女子

階級 kg級	43 ※	47	52	57	63	72	84	84+
一般	-	60	65	70	75	82.5	90	95
ジュニア マスターズ1	50	55	60	65	70	75	80	85
サブジュニア マスターズ2	45	47.5	50	55	60	65	70	75
マスターズ3	-	40	42.5	45	47.5	52.5	57.5	60

(男女とも、マスターズ4には標準記録を設定しない)

【表2～5共通】 ※印の階級は、ジュニア・サブジュニアのみ対象

【表4】ジャパンクラシックパワーリフティング選手権大会、出場標準記録

男子

階級 kg級	53 ※	59	66	74	83	93	105	120	+120
一般	-	395	435	475	510	535	560	580	590
ジュニア マスターズ1	320	355	390	425	460	482.5	505	520	530
マスターズ2	-	315	347.5	380	407.5	427.5	445	465	475
サブジュニア マスターズ3	195	215	240	260	280	292.5	310	320	325

女子

階級 kg級	43 ※	47	52	57	63	72	84	84+
一般	-	190	210	225	235	247.5	257.5	262.5
ジュニア マスターズ1	157.5	172.5	187.5	202.5	212.5	225	232.5	235
マスターズ2	-	150	167.5	180	187.5	195	202.5	205
サブジュニア マスターズ3	105	115	127.5	135	142.5	150	152.5	157.5

【表5】ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会、出場標準記録

男子

階級 kg級	53 ※	59	66	74	83	93	105	120	+120
一般	-	107.5	117.5	127.5	137.5	147.5	155	160	165
ジュニア マスターズ1	87.5	95	105	115	125	132.5	140	145	147.5
サブジュニア マスターズ2	77.5	85	95	102.5	110	117.5	125	127.5	130
マスターズ3	-	70	75	82.5	90	95	100	105	107.5

女子

階級 kg級	43 ※	47	52	57	63	72	84	84+
一般	-	45	47.5	52.5	55	60	67.5	70
ジュニア マスターズ1	37.5	40	45	47.5	52.5	55	60	62.5
サブジュニア マスターズ2	32.5	35	37.5	40	45	47.5	52.5	55
マスターズ3	-	30	32.5	35	37.5	40	42.5	45

EVENT CALENDER

大会や講習会を予定しておられる主催者の皆様、イベント情報をワールドニュース編集部までご連絡ください

7月

21-27 世界大学選手権

Tartu, エストニア

12-19 パラ・パワーリフティング世界選手権

(東京パラリンピック参加者必須参加)

アスタナ、カザフスタン 問合せ; JPPF、吉田

8月

4 全日本高校パワー

埼玉県 問合せ; 高校連盟

26-31 世界サブジュニア&ジュニア

Regina, カナダ

9月

6-12 アジアベンチ (F+N)

ウランバートル、モンゴル

未定 茨城国体 (公開競技)、つくば市開催

14-15 ジャパンクラシックマスターズパワー

岐阜県美濃加茂市プラザ中体 問合せ; JPA

21-23 茨城国体パワーリフティング

茨城県つくば市つくばカピオ 問合せ;

JPA

10月

2-7 世界マスターズパワー

Sundsvall, スウェーデン

6 (予定) 関東ベンチ

那珂総合後援

13 全日本実業団パワー

日産栃木工場 問合せ; 全日本実業団連盟

26-27 全日本ベンチ

神奈川県小田原市 (小田原アリーナ) 問合せ; JPA

11月

10-16 世界選手権

ドバイ、UAE

24 関東パワー

(H31.2中に決定) 問合せ; 関東連盟

未定 茨城県秋季パワー (鹿児島国体予選)

常総学院高校 問合せ; 茨城県協会

12月

8 秋季千葉県パワー (鹿児島国体予選)

袖ヶ浦 問合せ; 千葉県協会

4-8 アジアクラシックパワー

マスカット、オマーン

平成32年大会予定 (2020年)

1月

25-26 ジャパンクラシックベンチ

三重県津市 (津市アストプラザ) 問合せ; JPA

3月

6-8 ジャパンクラシックパワー

愛知県岡崎市中央総合公園体育館 問合せ; JPA

22 全日本高校選抜パワー

埼玉県 問合せ; 航行レン英

4月

未定 世界クラシックマスターズパワー

ケープタウン/サンシティ、南アフリカ

16-22 パラ・パワーリフティングワールドカップドバイ

(IPCコーチが参加するときのみ実施)

ドバイ、UAE 問合せ; JPPF

5月

16-23 世界ベンチ

(F+N, サブジュニア+ジュニア+一般+マスターズ)

ビルセン、チェコ

6月

未定 世界クラシックパワー (sjr, Jr, 一般)

ミンスク、ベラルーシ

7月

未定 世界団額選手権 (P, N)

未定, USA

7月24-8月9日 東京オリンピック

8月

8月25-9月6日 東京パラリンピック

8/25 開会式

8/27 パワー第一日目

8/31 パワー最終日

31-9/5 世界サブジュニア & ジュニア

バーミンガム、USA

9月未定 鹿児島国体 (公開競技)

10月

未定 世界マスターズパワー

ニューファンドランド島、カナダ

11月

未定 世界パワー