

第30回市原ベンチプレス大会

挙上重量を体重で割る**体重比**の割合で
順位をつける大会です。



日時

令和6年10月20日(日)

9:00~18:00

会場

ゼットエー武道場(市原市能満1474-1)

対象

高校生以上の男女(トレーニング歴6ヶ月以上)

階級

① 一般の部

男子の部(70kg未満/70~80kg未満/80kg以上)

女子の部

シニアの部

※過去2回以上の優勝経験がある場合は、**体重別階級**で試技となります。

② 団体の部 ([詳細はこちら](#))

服装

上半身:Tシャツ

下半身:スパッツ、身体に密着するウェア

※大会使用できないもの

- ・ 滑り止め加工が施されているウェア
- ・ ベンチプレススーツ、エルボースリーブ

ルール

[競技ルールはこちら](#)でご確認ください

申込

申込は下記をクリック

① [一般の部はこちら](#)

② [団体の部はこちら](#)

先着 100名

(9月1日~9月30日まで)

参加費

一般の部 3000円

団体の部 2000円/1団体

お支払

いずれかの方法で10月14日までにお支払

A ゼットエー武道場内 事務所

B 参加費分の定額小為替を下記へ郵送

〒290-0011 千葉県市原市能満 1474-1
ゼットエー武道場内 ベンチプレス大会事務局

問合せ先

大会に関するご質問などございましたら
下記までご連絡ください。

ゼットエー武道場

市原ベンチプレス大会担当 山越

☎ 0436-41-9825

