

2018 横浜オープンボディビル・フィジーク・ビキニ大会
進行表

平成30年9月22日(日)

	進行予定		ステージ	
8:45	スタッフ集合			
9:30	選手受付～10時			
	全ての出場選手集合			
	フィジーク身長計測			
	ウェア・カラーチェック(控室)			
10:00	観客入場			
	ジャッジ・ミーティング			
10:15			舞台裏に選手集合	
10:20	開会宣言 大会実行委員長			
	開会式			
	選手入場			
	主催者挨拶			
	来賓祝辞			
	選手宣誓			
10:30	選手退場			
10:35	審査員紹介			
10:45	ボディビルフィットネスオープン 予選審査			
	ピックアップ			
	メンズフィジーク172センチ以下級	19⇒10名	ラインナップ～クオーターターン	12分
	メンズフィジーク172センチ超級	20⇒10名	ラインナップ～クオーターターン	13分
11:10	フィットネスラウンド I			
	フィットネスビキニ40歳以上	9名	ラインナップ～クオーターターン	12分
	フィットネスビキニ40歳以下	7名	ラインナップ～クオーターターン	11分
	マスターズフィジーク50歳以上	11⇒6名	ラインナップ～クオーターターン	14分
	メンズフィジーク172センチ以下	10名	ラインナップ～クオーターターン	14分
	メンズフィジーク172センチ超級	10名	ラインナップ～クオーターターン	14分
12:15	ボディビルピックアップ			
	オープンボディビル	16⇒10名	ラインナップ～基本4ポーズ(比較審査)	18分
12:35	休憩			55分
13:30	決勝審査			
	フィットネスラウンド II			
	フィットネスビキニ40歳以上	9名	Lウオーク～ラインナップ～クオーターターン	13分
	フィットネスビキニ40歳以下	7名	Lウオーク～クオーターターン	12分
	マスターズフィジーク50歳以上	6名	Lウオーク～クオーターターン	10分
	メンズフィジーク172センチ以下	10名	Lウオーク～クオーターターン	13分
	メンズフィジーク172センチ超級	10名	Lウオーク～クオーターターン	15分
	ボディビル順位付け決勝審査			
	オープンボディビル	10名	5名ごと1分間のフリーポーズ×2 全員ラインナップ クオーターターン～基本7ポーズ 順位付け比較審査	17分
14:50	ゲストポーズ	2名	秋本明子 小泉憲治	
15:05	抽選会		入場券ナンバーくじ引きにてプレゼント抽選会	
15:10	表彰式			
	フィットネスビキニ40歳以上	9名	ラインナップ～クオーターターン～順位発表	5分
	フィットネスビキニ40歳以下	7名	ラインナップ～クオーターターン～順位発表	5分
	フィットネスビキニオーバーオール審査	2名	各カテゴリー優勝者2名クオーターターン⇒発表⇒表彰式	5分
	マスターズフィジーク50歳以上	6名	ラインナップ～クオーターターン～順位発表	5分
	メンズフィジーク172センチ以下	10名	ラインナップ～クオーターターン～順位発表	6分
	メンズフィジーク172センチ超級	10名	ラインナップ～クオーターターン～順位発表	7分
	メンズフィジークオーバーオール審査	3名	各カテゴリー優勝者3名クオーターターン⇒発表⇒表彰式	5分
	オープンボディビル	10名	ポーズダウン 順位発表	10分
15:58	閉会宣言			
16:00	大会終了			

記載されている時刻は全て予定です。

当日は予定が前後することがありますので出場選手、観客の皆様は進行状況を確認お願いします。