［役割分担表］第3回KAME SUN カップ
パワーリフティング選手権大会・ベンチプレス選手権大会

◆各グループの休憩時間について

［第1セッション］※パワーリフティングとシングルベンチの混合セッションとなります。

・パワーAスクワットからシングルベンチ、シングルベンチからパワーBベンチの間の休憩時間……機材準備できてから5分間

・パワーAベンチプレスとパワーAデッドリフトの休憩時間・・・・・20分間

［第2セッション］

各種目間の休憩時間・・・・・・20分間

陪審員
審判員

審判員

◆主審副審の役割分担は、当日の審判員にお任せいたします。
今大会は地方大会のため、3級審判員でも主審が可能です。

セッション			第１セッション				第２セッション		
検量とコスチュームチェック			9:00				13:00		
試技開始			11:00（シングルベンチはパワーAスクワット終了後、12:00ごろ開始見込み）				15:00		
終了予定			14:00（シングルベンチは12:30ごろ終了見込み）				18:00		
グループ			パワーAスクワット	シングルベンチ	パワーAベンチ	パワーAデッド	パワーBスクワット	パワーBベンチ	パワーBデッド
物江毅	東京	1級							
澤千代美	東京	1級	検量（女子）						
羽田雅弘	東京	2級	検量（男子）						
鈴木重成	千葉	2級	検量（男子）						
尾崎将史	東京	3級					コスチュームチェック		
磯野太暉	東京	3級	コスチュームチェック						
宮澤賢次	東京	3級							
堀井優一	東京	3級	コスチュームチェック				検量		
宮池隆	東京	3級					検量		
佐藤伊都	千葉	3級							

補助員

・補助員の当日のポジションなど詳細は、補助員リーダーの松永様の指示に沿っていただきますようお願いいたします。

セッション	第１セッション				第２セッション		
検量とコスチュームチェック	9:00				13:00		
試技開始	11:00（シングルベンチはパワーAスクワット終了後、12:00ごろ開始見込み）				15:00		
終了予定	14:00（シングルベンチは12:30ごろ終了見込み）				18:00		
グループ	パワーAスクワット	シングルベンチ	パワーAベンチ	パワーAデッド	パワーBスクワット	パワーBベンチ	パワーBデッド
松永浩二(補助員リーダー)	◎	◎		◎	補助員他サポート		
佐藤成海		◎	◎		◎		◎
山邊慶太	◎			◎		◎	
多田隈聖			◎			◎	◎
栗原麟太郎		◎	◎		◎		◎
木澤尋士		◎	◎		◎	◎	
新井祐人	◎			◎			◎
宇田川颯人	◎			◎	◎	◎	

進行スタッフ

・当日の不明点などあれば、大会主催者の亀本真裕子さんまでお申し出ください

セッション	第１セッション				第２セッション		
検量とコスチュームチェック	9:00				13:00		
試技開始	11:00（シングルベンチはパワーAスクワット終了後、12:00ごろ開始見込み）				15:00		
終了予定	14:00（シングルベンチは12:30ごろ終了見込み）				18:00		
グループ	パワーAスクワット	シングルベンチ	パワーAベンチ	パワーAデッド	パワーBスクワット	パワーBベンチ	パワーBデッド
菊地原多佳子	◎	◎	◎		◎	◎	
吉富達郎		◎	◎	◎		◎	◎
松田洋子	◎	◎		◎	◎	◎	◎
髙橋佳吾	◎		◎	◎	◎		◎
亀本真裕子（主催）※	事務局業務他						

大会スタッフにお申込みいただいた方の中で、上記一覧表にお名前がない方がおられましたら、お手数ですが、事務局までご連絡ください。

事務局　kamesungym@gmail.com (KAMESUN GYM)