

# [役割分担表]

第5回KAME SUN カップ 2026年6月7日 (日)

## 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

2セッション共に、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(B)スクワットからシングルベンチA(B)までの休憩時間……機材準備できてから5分間
- ・シングルベンチA(B)終了後からパワーA(B)ベンチまでの休憩時間……なし。準備できしだい開始
- ・パワーA(B)ベンチプレスとパワーA(B)デッドリフトの休憩時間……20分間

2026.6/1更新

陪審員

審判員(※)

※会場のスペースの都合上、TCは配置いたしませんので、選手入退場側のサイドレフリーや陪審員でチェックをお願いいたします。

### 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				第3セッション		
検量とコスチュームチェック	8:00				12:00				15:30		
試技開始	10:00				14:00				17:30		
終了予定	13:20				16:45				20:00		
グループ	パワーAスクワット	シングルベンチA	パワーAベンチ	パワーAデッド	パワーBスクワット	シングルベンチB	パワーBベンチ	パワーBデッド	パワーCスクワット	パワーCベンチ	パワーCデッド
物江毅	東京1級										
鈴木重成	千葉1級										
尾崎将史	東京2級				検量	検量	検量	検量			
内山渉	東京2級								検量	検量	検量
羽田雅弘	東京2級								検量	検量	検量
磯野太暉	東京3級				検量	検量	検量	検量			
吉本陸人	大阪3級										
佐藤伊都	千葉3級										
長谷部智一郎	神奈川3級										
西久保俊士	埼玉3級										
菊地原多佳子	東京3級	検量	検量	検量	検量						
荒川大介	東京1級	検量	検量	検量	検量						

### 補助員

補助員は下記のとおり組んでおりますが、当日の状況や補助員同士の体格差など考慮して、安全優先でその場で柔軟にご対応ください。

セッション	第1セッション				第2セッション				第3セッション		
検量とコスチュームチェック	8:00				12:00				15:30		
試技開始	10:00				14:00				17:30		
終了予定	13:20				16:45				20:00		
グループ	パワーAスクワット	シングルベンチA	パワーAベンチ	パワーAデッド	パワーBスクワット	シングルベンチB	パワーBベンチ	パワーBデッド	パワーCスクワット	パワーCベンチ	パワーCデッド
補助リーダー/日高大地		◎		◎	◎		◎		◎		◎
伯母英斗	◎		◎			◎		◎		◎	
川上智睦	◎		◎			◎		◎		◎	
新井祐人	◎		◎			◎		◎		◎	
高橋公一	◎		◎			◎		◎		◎	
河本崇英	◎		◎			◎		◎	◎		
橋本歩		◎		◎	◎		◎		◎		◎
木澤尋士		◎		◎	◎		◎		◎		◎
丸井耀司		◎		◎	◎		◎		◎		◎

### 進行・配信スタッフ

・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				第3セッション		
検量とコスチュームチェック	8:00				12:00				15:30		
試技開始	10:00				14:00				17:30		
終了予定	13:20				16:45				20:00		
グループ	パワーAスクワット	シングルベンチA	パワーAベンチ	パワーAデッド	パワーBスクワット	シングルベンチB	パワーBベンチ	パワーBデッド	パワーCスクワット	パワーCベンチ	パワーCデッド
吉田成志/リーダー	※全体管理	進行サポート(※)		進行サポート(※)	進行サポート(※)		進行サポート(※)		進行サポート(※)		進行サポート(※)
菊地原多佳子	GOODLIFT		GOODLIFT		GOODLIFT		GOODLIFT		GOODLIFT		GOODLIFT
鳥海伸朗	GL可	GOODLIFT		GOODLIFT	GOODLIFT		GOODLIFT		GOODLIFT		GOODLIFT
山邊慶太	進行サポート		進行サポート			進行サポート		進行サポート		進行サポート	
松田洋子	MC	アナウンス		アナウンス		アナウンス		アナウンス		アナウンス	
丸山千歳	配信可	アナウンス		アナウンス	アナウンス		アナウンス		アナウンス		アナウンス
亀本真裕子	主催	適宜対応(第2セッション以降の、GOODLIFT入力など、吉田成志さんと連携して実施)									
荒川大介	配信係	配信その他									

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)