

わっしょい ベンチプレス in筑西2016

第3回筑西市長杯争奪 市民ベンチプレス選手権大会申込用紙

期日・平成28年7月3日(日)

会場・コスモスポーツ

階級	氏名(フリガナ)	生年月日	所属・勤務先・学校名(フリガナ)
男・女		西暦	
		年 月 日	
Kg級		歳	

* 太枠内と誓約書を記入してください。その他は当日です。

第1試技	第2試技	第3試技	記録
		Kg	
Kg		変更1 Kg	
変更 Kg	Kg	変更2 Kg	Kg
第3試技の重量変更は、2回まで可能です。ただし、アナウンサーが重量を放送する前でなければならない。			第 位

誓約書

筑西市パワーリフティング協会御中

当大会の参加にあたり、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をおかけ致しません。又、将来にわたって一切の請求を行わないことを誓約致します。

平成28年 月 日

住所 〒

氏名

印

TEL

携帯電話

ベンチプレス大会申込書

大会名 第12回筑西市ベンチプレス選手権大会

期日・平成28年7月3日(日)

会場・コスモスポーツAスタジオ

階級	氏名(フリガナ)	所属県	所属団体名(フリガナ)	生年月日
男・女				西暦
				年 月 日
Kg級				歳

* 太枠内と誓約書を記入してください。その他は当日です。

Sub JR OP M

セッション	No.	検量体重	BPラック高さ	BP補助バー高さ	足台	BP補助	コスチューム
		Kg			要 不要	センター 不要	

種目	第1試技	第2試技	第3試技	記録
ベンチプレス			Kg	Kg
	Kg		変更1 Kg	
	変更 Kg	Kg	変更2 Kg	

*第1試技の重量変更は、第1グループの場合は競技開始の3分前まで、第2グループ以降の場合は前のグループの残り3試技までに1回申請することができます。
第3試技の重量変更は、2回まで可能です。ただし、アナウンサーが重量を放送する前であればならない。

第 位

過去のベスト記録・大会に向けて一言(意気込みなど)

誓約書

筑西市パワーリフティング協会御中

当大会の参加にあたり、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をおかけ致しません。又、将来にわたって一切の請求を行わないことを誓約致します。

平成28年 月 日

住所 〒

氏名

印

TEL

携帯電話