

# チャレンジ・ザ・ベンチプレス inつくば2022

## 第23回つくば市民ベンチプレス選手権大会申込用紙

令和4年11月20日(日)  
会場・つくば市谷田部体育館

| 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。

| No. | 検量体重 | BPラック高さ | BP補助バー高さ | 足台      | BP補助              |
|-----|------|---------|----------|---------|-------------------|
|     | Kg   |         |          | 要<br>不要 | センター<br>サイド<br>不要 |

| 第1試技  | 第2試技 | 第3試技   | 記録  |
|---|------|--------|-----|
|   |      | 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行わなければならない。 |      |        | 第 位 |

### 誓約書

つくば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。

令和4年 月 日

住所 〒

氏名 印 TEL 携帯電話