

13 ウェイトリフティング競技

1. 日 時 令和8年6月14日(日) 午前9時～
2. 会 場 セーレン・ドリームアリーナ トレーニング室
3. 部 種 別 全 地 区 対 抗…一般男子
オープン競技(個人戦)…一般男子、一般女子、高校男子
4. 参加資格 大会実施要項による。大学生の参加も可。
5. 申込規定
- ① 申込人員 地区対抗…監督1名、正選手1名以上4名以内、他に補欠4名
(1階級に4名まで出場可能とする。)
オープン…制限なし
- ② 申込方法 所定の申込用紙に記入のうえ、2部提出のこと。
- ③ 申 込 先 〒910-0003 福井市松本4丁目10番1号
福井市体育館内 (公社)福井市スポーツ協会
第77回市民スポーツ大会事務局 TEL21-5532
※福井市スポーツ課でも受け付けます。
- ④ 申込期日 令和8年5月7日(木) 午後5時必着
- ⑤ 選手変更 参加申込書に記載のある補欠選手からのみ変更可。
補欠選手を正選手に変更する時は、開催当日の受付時間内(午前8時30分)までに提出すること。
6. 競技方法
- ① 地区対抗 ベンチプレス、ジャーク競技(編成は各階級1名)
67kg級 (67kg未満)
77kg級 (67kg以上77kg未満)
87kg級 (77kg以上87kg未満)
フリー級(無差別)
- ② オープン(個人戦)
67kg級、77kg級、87kg級、フリー級の4クラスとし、ベンチプレス、ジャーク競技の2種目とする。
- ③ 試合を前半と後半に分ける
前半：67kg級、77kg級 後半：87kg級、フリー級
7. 採 点 法 (地区対抗)
- ① 各階級 1位：7点 2位：6点 3位：5点 4位：4点 5位：3点
6位：2点 7位：1点 の合計とする。
合計点と同数の場合は上位入賞者の多いチームが上位となる。
- ② ベンチプレス、ジャーク競技には、年齢別のハンディを次表のごとく設ける。
年齢別ハンディは、個人成績にプラスして順位を決定する。
(大会新記録には反映させない。)

年齢別ハンディ表

満 年 齢	プラスアルファ(2種目)
40 才以上 45 才未満	5 kg
45 才以上 50 才未満	10 kg
50 才以上 55 才未満	15 kg
55 才以上 60 才未満	20 kg
60 才以上	25 kg
女子選手	30 kg

8. 競技規則

福井市ウエイトリフティング協会規定による。

- ① チームの責任者は、8時30分までに受付を完了すること。
- ② 検量は、全選手当日午前8時より開始する。検量締切は午前8時50分締切。
- ③ 検量と同時にスタート重量表を提出すること。
- ④ 競技は67 kg級・77 kg級は前半、87 kg級・フリー級は後半とする。但し、検量は午前8時50分までに行うこと。
- ⑤ 年齢計算は、6月1日満年齢とする。
- ⑥ 選手は、協会が準備した背番号をつけること。
- ⑦ 重量の増加は、1.0 kg単位とする。
- ⑧ URL fukui-weight.sakura.ne.jp