第5回八重山地区パワーリフティング選手権大会申込書兼・記録カード

※あらかじめ太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上、申し込んで下さい。

参加部門（☑をつける）	□パワーリフティング	□シングルベンチプレス

□ビギナークラス／	□サブジュニア	□ジュニア	□マスターⅠ	□マスターⅡ	□マスターⅢ	□一般

申込階級	No.	氏名（ふりがな）	性別	生年月日（西暦）
kg級		ふりがな:		年　月　日（　歳）

検量（当日）	住所・連絡先電話番号・メール	所属団体・学校名
kg	住所: ☎:　✉:	

スクワット	ベンチプレス		
ラック高さ	ラック高さ	足台（該当に☑する）	センター補助（該当に☑する）
段	段	□要 ・ □不要	□要 ・ □不要

種目名	第1試技	変更	第2試技	第3試技		ベスト記録
スクワット	kg	kg	kg	kg		kg
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	変更1 kg 変更2 kg	kg
※大会当日、会場で第1試技の重量を記入して下さい。				サブトータル		kg
デッドリフト	kg	kg	kg	kg	変更1 kg 変更2 kg	kg
順位		位		トータル		kg

※パワー競技は3種目共第1試技の重量申請後の変更可（1回のみ）。スクワット・ベンチは第2・3試技共重量申請後の変更不可。デッドは第3試技の重量申請後の変更可（2回）。シングルベンチ競技は第1試技の重量申請後の変更可（1回のみ）。第2試技は変更不可。第3試技は重量申請後の変更可（2回）。

今大会への意気込みを書いてください。

過去のタイトル等	過去のベスト記録			
	スクワット	ベンチプレス	デッドリフト	トータル

誓　約　書

八重山パワーリフティング協会　御中　　平成27年　　月　　日

本大会の参加に際して、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、大会主催者に一切のご迷惑をおかけ致しません。また、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約致します。

住所＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

氏名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿㊞