

技委発第06 - 1号通達
平成19年 1月 1日

関係各位

技術委員長 池谷 あや子
(公印省略)

2007年ルールの確認

IPFのルール変更に伴い、JPAでも一部ルールを変更します。

今回の通達の国内運用は2007年(平成19年)4月1日からとしますので、内容を確認し、周知徹底をお願い致します。

1. 特別試技について

各試技は3回のみ認められる。(特別試技はなくなる)

2. 階級について

一般、マスタークラスの男子52kg級、女子44kg級は廃止する。

サブジュニアとジュニアについては、今まで通り男子52kg級、女子44kg級からとする。

3. セーフティーバーについて

全日本大会のベンチプレス競技では、セーフティーバーを必ず取り付けなければならない。

4. ベストリフターについて

今までは1位の選手からベストリフターが決められたが、順位に関係なく、フォーミュラーの高い選手がベストリフターとなる。

5. 記録更新について

記録狙いの最小単位は1kgとする。

6. 日本記録について

パワーリフティング大会のベンチプレス競技において、シングルベンチプレスの記録を超えたら、シングルベンチプレスの世界記録・日本記録となる。

ただし、シングルベンチプレス大会において、パワーリフティングのベンチプレス競技の記録を超えても、世界記録・日本記録にはならない。

7. インターバルについて

1グループのみで進行する場合、種目間のインターバルは15分間とする。

8. バーの清掃について

デッドリフトの第3試技では、全ての試技前にバーを清掃する。

9. トータルについて

世界記録・日本記録などの半端な重量もトータルに計算し、順位を決定する。

10. ベンチプレスについて

- ・ベンチプレスの試技中、頭を浮かしてはいけない。(肩、臀部も今まで通り、浮かしてはいけない。)
- ・靴底の形状で多少の浮きは認められるが、靴底は床に対してぴったりとついていなくてはならない。靴の動き(ずれ)も禁止。
- ・臀部は全体がベンチ台についていなければならない。(点ではなく、面でベンチ台についている事。腰が立っているベンチは不可。)
- ・胸でバーが静止後、主審の「プレス」の合図でバーを押す。
- ・バーが下がったり、傾いたりしてはいけない。ただし、フィニッシュの時、多少左右のバラツキはOK。
- ・肘が伸びない選手は、医師の同意書(証明)が必要となる。(コスチュームチェック時に提出)

11. 時計について

アナウンサーが合図した時からタイマーを動かす。

12. スパッツについて

全日本ベンチプレス選手権大会(全日本マスターズベンチプレス選手権も含む)では、スパッツの着用は禁止とする。必ずつりぱんを着用すること。

13. 靴下について

全日本パワーリフティング選手権大会(一般、ジュニア、マスターズ)のデッドリフト競技では、膝下までの長い靴下をはかなければならない。
長い靴下の中に、薄いガードを入れても良い。

14. 判定について

明らかにレフリーの判定ミスがあった場合、陪審員とレフリーの協議により、再試技することができる。但し、陪審員3人のうち、2名以上判定が一致していること。(多数決)

《参 考》

ベンチプレスのナンバーカードについて

- 1番：バーが胸につかない。バーを腹部に下ろす。(腹ベンチ)
- 2番：バーが下がった。フィニッシュ時、肘が伸びていない。
- 3番：審判の合図無視。審判の合図後にバーが胸に沈んだ。試技中、足、頭、臀部、肩が浮いた。その他。

コスチュームチェックについて

国内では、コスチュームチェック及びコスチュームチェック表への記載は今まで通りとする。
テクニカルコントローラーについては、今回は見送りとする。

《問い合わせ先》

TEL 090-3556-6731 (21時以降にお願いします。)

メール a-ikeya@ai.tnc.ne.jp

JPA 技術委員会 池谷 あや子