

□ 第24回青森県パワーリフティング選手権大会

□ 第16回青森県ベンチプレス選手権大会

↑ 出場する大会に必ずチェックを入れてください

出場申込書・記録カード・誓約書

No.	階 級	氏 名			都道府県	登録区分
	☐ 男子 ☐ 女子 ☐ ノーギア ☐ フルギア kg級	フリガナ				☐ 個人 ☐ 団体
						所属ジム・練習場等 (団体登録の場合)
		会員 No.		セCOND 有・無		

↑ 必ずチェックを入れてください

種 目	第1試技	第2試技	第3試技	記録
スクワット	kg			
	(重量変更) kg			
ベンチプレス	kg			
	(重量変更) kg			
デッドリフト	kg			
	(重量変更) kg			
			重量変更1	トータル
			kg	kg
			重量変更2	階級順位
			kg	

IPFポイント	
順位	

スクワット		ベンチプレス			
ラック高	セーフティバー	ラック高	セーフティバー	センター補助	足台
段目	段目	段目	段目	有・無	有・無

検量体重	コスチュームチェック 担当審判員：_____ 選手側確認：_____									
kg	Tシャツ	シューズ	ベルト	ツリバン	リストラップ	ニースリーブ	ハイソックス	スーパースーツ	ベンチシャツ	ニーラップ
担当審判員：_____	枚	足	本	枚	組	組	足	枚	枚	組

誓 約 書

2026 年 月 日

青森県パワーリフティング協会 御中

私は本大会出場に際し、大会開催中の事故、並びに事故により発生した障害、疾病等について、その責任の全ては自身にある事を認め大会主催者や個人、及び関係機関に対し一切の迷惑をおかけしないと共に、将来にわたって一切の請求を致しません。また、今後、ドーピングチェックにおいて薬物使用等の反則行為が発覚した場合についても責任の全ては自身にあるものとし、JPA規定の罰則金等は全て自身が支払うことを誓約いたします。

住 所 〒 _____

氏 名 _____ TEL () _____

生年月日 (西暦) _____ 年 _____ 月 _____ 日生 (カレンダーイヤー) _____ 歳

※太線枠内を記入すること 各チェックを忘れずに！(太枠以外は大会当日記入)