

# 2026年 第48回 山梨県ボディビル手権大会

## フィットネスオープン大会 進行表

《2026年6月7日開催/会場:山梨市民会館》

【8:30～】役員・スタッフ集合

【9:30～10:00】選手受付/カラー・オイル・コスチュームチェック

【9:00～】会場設営

| 《開会式》  |    |                               |   |
|--------|----|-------------------------------|---|
| 10:30  | 10 | 開会宣言<br>会長挨拶<br>来賓祝辞<br>審査員紹介 | 山梨県ボディビル・フィットネス連盟 理事長 内藤 隆之<br>山梨県ボディビル・フィットネス連盟 会長 伊藤 祐寛 |
| 山梨県選手権 |    |                               |   |
| 《予選審査》 |    |                               |   |
| 10:40  | 20 | 男子ボディビル                       | ラインナップ～クォーターターン～規程7ポーズ(1～12位順位付)                          |
| 《決勝審査》 |    |                               |   |
| 11:00  | 7  | クラシックフィジーク ラウンド1              | バキュームポーズ～クォーターターン～規程7ポーズ～(1位～4位順位付)                       |
| 11:07  | 3  | メンズフィジーク40歳以上級                | I ウォーク～ラインナップ～クォーターターン(1位順位付)                             |
| 11:10  | 4  | メンズフィジーク50歳以上級                | I ウォーク～ラインナップ～クォーターターン(1位～2位順位付)                          |
| 11:14  | 5  | メンズフィジーク40歳未満168cm以下級         | I ウォーク～ラインナップ～クォーターターン(1位～3位順位付)                          |
| 11:19  | 8  | メンズフィジーク40歳未満172cm以下級         | I ウォーク～ラインナップ～クォーターターン(1位～6位順位付)                          |
| 11:27  | 8  | メンズフィジーク40歳未満176cm以下級         | I ウォーク～ラインナップ～クォーターターン(1位～6位順位付)                          |
| 11:35  | 6  | メンズフィジーク40歳未満176cm超級          | I ウォーク～ラインナップ～クォーターターン(1位～4位順位付)                          |
| 11:41  | 5  | クラシックフィジーク ラウンド2              | 1分間フリーポーズ～ラインアップ(1位～3位順位付け)                               |
| 11:46  | 20 | 男子ボディビル                       | 1分間フリーポーズ～ラインアップ(1位～12位順位付け)                              |
| 《表彰式》  |    |                               |   |
| 12:06  | 39 | メンズフィジーク40歳以上級                | ラインナップ 1位表彰   |
|        |    | メンズフィジーク50歳以上級                | ラインナップ 1位～2位表彰  |
|        |    | メンズフィジーク40歳未満168cm以下級         | ラインナップ 1位～3位表彰  |
|        |    | メンズフィジーク40歳未満172cm以下級         | ラインナップ 1位～6位表彰  |
|        |    | メンズフィジーク40歳未満176cm以下級         | ラインナップ 1位～6位表彰  |
|        |    | メンズフィジーク40歳未満176cm超級          | ラインナップ 1位～4位表彰  |
|        |    | メンズフィジークオーバーオール審査             | ラインナップ～クォーターターン(1位～6位順位付)                                 |
|        |    | クラシックフィジーク                    | ラインナップ 1位～4位表彰  |
|        |    | メンズフィジークオーバーオール               | ラインナップ 1位表彰   |
|        |    | 男子ボディビル                       | ラインナップ 1位～12位表彰   |
| 12:45  | 45 | 山梨県選手権大会終了(昼休憩45分)            |   |

# 2026年 第48回 山梨県ボディビル手権大会

## フィットネスオープン大会 進行表

《2026年6月7日開催/会場:山梨市民会館》

| 山梨県オープン大会 |    |                          |                                       |
|-----------|----|--------------------------|---------------------------------------|
| 《ピックアップ》  |    |                          |                                       |
| 13:30     | 10 | メンズフィジークビギナーオーバーオール      | ラインナップ～規定4ポーズ(15名⇒12名)                |
| 《予選審査》    |    |                          |                                       |
| 13:40     | 10 | メンズフィジーク40歳未満176cm超級     | ラインナップ～クォーターターン(1位～7位順位付)             |
| 13:50     | 15 | メンズフィジークビギナーオーバーオール      | ラインナップ～クォーターターン(1位～12位順位付)            |
| 《決勝審査》    |    |                          |                                       |
| 14:05     | 3  | ビキニフィットネス35歳未満158cm以下級   | Iウォーク～クォーターターン～スリーステップフォワード(1位順位付)    |
| 14:08     | 5  | ビキニフィットネス35歳以上オーバーオール    | Iウォーク～クォーターターン～スリーステップフォワード(1位～3位順位付) |
| 14:13     | 5  | ビキニフィットネス45歳以上オーバーオール    | Iウォーク～クォーターターン～スリーステップフォワード(1位～3位順位付) |
| 14:18     | 7  | メンズフィジーク40歳以上級           | Iウォーク～クォーターターン(1位～5位順位付)              |
| 14:25     | 8  | メンズフィジーク50歳以上級           | Iウォーク～クォーターターン(1位～6位順位付)              |
| 14:33     | 8  | メンズフィジークビギナーオーバーオール      | Iウォーク～クォーターターン(1位～6位順位付)              |
| 14:41     | 7  | メンズフィジーク40歳未満168cm以下級    | Iウォーク～クォーターターン(1位～5位順位付)              |
| 14:48     | 7  | メンズフィジーク40歳未満172cm以下級    | Iウォーク～クォーターターン(1位～5位順位付)              |
| 14:55     | 8  | メンズフィジーク40歳未満176cm以下級    | Iウォーク～クォーターターン(1位～6位順位付)              |
| 15:03     | 8  | メンズフィジーク40歳未満176cm超級     | Iウォーク～クォーターターン(1位～6位順位付)              |
| 15:11     | 5  | クラシックフィジーク168cm以下級 ラウンド1 | バキュームポーズ～クォーターターン～規程7ポーズ～(1位～2位順位付)   |
| 15:16     | 4  | クラシックフィジーク168cm以下級 ラウンド2 | 各自1分間のフリーポーズ～ラインナップ(1～2位順位付)          |
| 15:20     | 5  | クラシックフィジーク171cm以下級 ラウンド1 | バキュームポーズ～クォーターターン～規程7ポーズ～(1位～3位順位付)   |
| 15:25     | 5  | クラシックフィジーク171cm以下級 ラウンド2 | 各自1分間のフリーポーズ～ラインナップ(1～3位順位付)          |
| 15:30     | 5  | クラシックフィジーク175cm以下級 ラウンド1 | バキュームポーズ～クォーターターン～規程7ポーズ～(1位～2位順位付)   |
| 15:35     | 4  | クラシックフィジーク175cm以下級 ラウンド2 | 各自1分間のフリーポーズ～ラインナップ(1～2位順位付)          |
| 15:39     | 5  | クラシックフィジーク175cm超級 ラウンド1  | バキュームポーズ～クォーターターン～規程7ポーズ～(1位～3位順位付)   |
| 15:44     | 5  | クラシックフィジーク175cm超級 ラウンド2  | 各自1分間のフリーポーズ～ラインナップ(1～3位順位付)          |
| 15:49     | 30 | ゲストポーズ                   | 2025 日本選手権優勝<br>扇谷開登選手                |
| 《表彰式》     |    |                          |                                       |
| 16:19     | 60 | ビキニフィットネス35歳未満158cm以下級   | ラインナップ 1位表彰                           |
|           |    | ビキニフィットネス35歳以上オーバーオール    | ラインナップ 1位～3位表彰                        |
|           |    | ビキニフィットネス45歳以上オーバーオール    | ラインナップ 1位～3位表彰                        |
|           |    | ビキニフィットネスオーバーオール審査       | Iウォーク～クォーターターン～スリーステップフォワード(1位～3位順位付) |
|           |    | メンズフィジーク40歳以上級           | ラインナップ 1位～5位表彰                        |
|           |    | メンズフィジーク50歳以上級           | ラインナップ 1位～6位表彰                        |
|           |    | メンズフィジークビギナーオーバーオール      | ラインナップ 1位～6位表彰                        |
|           |    | メンズフィジーク40歳未満168cm以下級    | ラインナップ 1位～5位表彰                        |
|           |    | メンズフィジーク40歳未満172cm以下級    | ラインナップ 1位～5位表彰                        |
|           |    | メンズフィジーク40歳未満176cm以下級    | ラインナップ 1位～6位表彰                        |
|           |    | メンズフィジーク40歳未満176cm超級     | ラインナップ 1位～6位表彰                        |
|           |    | メンズフィジークオーバーオール審査        | ラインナップ～クォーターターン(1位～7位順位付)             |
|           |    | クラシックフィジーク168cm以下級       | ラインナップ 1位～2位表彰                        |
|           |    | クラシックフィジーク171cm以下級       | ラインナップ 1位～3位表彰                        |
|           |    | クラシックフィジーク175cm以下級       | ラインナップ 1位～2位表彰                        |
|           |    | クラシックフィジーク175cm超級        | ラインナップ 1位～3位表彰                        |
|           |    | クラシックフィジークオーバーオール審査      | バキュームポーズ～クォーターターン～規程7ポーズ～(1位～4位順位付)   |
|           |    | ビキニフィットネスオーバーオール         | 1位表彰                                  |
|           |    | メンズフィジークオーバーオール          | 1位表彰                                  |
|           |    | クラシックフィジークオーバーオール        | 1位表彰                                  |
| 《閉会宣言》    |    |                          |                                       |
| 17:19     |    | 大会副実行委員長                 |                                       |

\* 記載されている時間は予定です。進行上前後する場合があります。選手は常に進行を確認してください。