

別紙

内閣総理大臣杯 第55回全日本社会人ウエイトリフティング選手権大会
 レディースカップ 第10回全日本女子選抜ウエイトリフティング選手権大会
 <いきいき茨城ゆめ国体ウエイトリフティング競技リハーサル大会>



いばラッキー

競技日程(予定)



審判・監督会議(女子)	11月20日(火)	16時00分	高萩市総合福祉センター	大ホール
総合開会式	11月20日(火)	17時30分	高萩市総合福祉センター	大ホール
審判・監督会議(男子)	11月22日(木)	17時00分	高萩市役所	4階大会議室

期 日	高萩市文化会館				
	種別	階級	人数	検量開始時刻	競技開始時刻
11月21日 (水)	女子	48kg 級		7:00	9:00
	女子	53kg 級		8:55	10:55
	女子	58kg 級		12:30	14:30
11月22日 (木)	女子	63kg 級		7:00	9:00
	女子	69kg 級		9:45	11:45
	女子	75/90/+90kg 級		11:40	13:40
11月23日 (金)	男子	56kg 級		7:00	9:00
	男子	62kg 級		9:30	11:30
	男子	69kg 級		13:10	15:10
11月24日 (土)	男子	77kg 級		7:00	9:00
	男子	85kg 級		11:10	13:10
	男子	94kg 級		14:45	16:45
11月25日 (日)	男子	105kg 級		7:00	9:00
	男子	+105kg 級		9:30	11:30

注) 女子全階級の試技時間は、40秒としスナッチ・C&ジャーク間は5分間とする。

種別表彰式	各種別・階級終了後直ちに実施	競技会場
表彰式(女子)	11月22日(木)16:30(予定・競技終了後)	競技会場
表彰式・総合閉会式	11月25日(日)14:30(予定・競技終了後)	競技会場

練習会場使用時間	11月20日(火)	10:00~17:00
	11月21日(水)	9:00~17:00
	11月22日(木)	
	11月23日(金)	
	11月24日(土)	
	11月25日(日)	9:00~12:00