

内閣総理大臣杯 第56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11回全日本女子選抜ウエイトリフティング選手権大会

＜燃ゆる感動かごしま国体ウエイトリフティング競技リハーサル大会＞



## 競技日程(案)

|              |            |        |              |
|--------------|------------|--------|--------------|
| 審判・監督会議 (女子) | 11月21日 (木) | 16時00分 | 薩摩川内市入来文化ホール |
| 総合開会式        | 11月21日 (木) | 17時30分 | 薩摩川内市入来文化ホール |
| 審判・監督会議 (男子) | 11月23日 (土) | 18時00分 | 薩摩川内市入来文化ホール |

| 期 日        | 種 別 | 入来総合運動場体育館  |     |        |        |
|------------|-----|-------------|-----|--------|--------|
|            |     | 階 級         | 人 数 | 検量開始時刻 | 競技開始時刻 |
| 11月22日 (金) | 女子  | 45・49kg 級   |     | 7:00   | 9:00   |
|            | 女子  | 55kg 級      |     | 10:30  | 11:30  |
|            | 女子  | 59kg 級      |     | 13:30  | 15:00  |
| 11月23日 (土) | 女子  | 64kg 級      |     | 7:00   | 9:00   |
|            | 女子  | 71・76kg 級   |     | 9:30   | 11:30  |
|            | 女子  | 81・87・+87kg |     | 11:00  | 13:00  |
| 11月24日 (日) | 男子  | 55kg 級      |     | 7:00   | 9:00   |
|            | 男子  | 61kg 級      |     | 9:00   | 11:00  |
|            | 男子  | 67kg 級      |     | 12:00  | 14:00  |
|            | 男子  | 73kg 級      |     | 14:30  | 16:30  |
| 11月25日 (月) | 男子  | 81kg 級      |     | 7:00   | 9:00   |
|            | 男子  | 89kg 級      |     | 10:00  | 12:00  |
|            | 男子  | 96kg 級      |     | 12:30  | 14:30  |
| 11月26日 (火) | 男子  | 102・109kg 級 |     | 7:00   | 9:00   |
|            | 男子  | +109kg 級    |     | 9:30   | 11:30  |

|           |                            |      |
|-----------|----------------------------|------|
| 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23日 (土) 17:00 (予定・競技終了) | 競技会場 |
| 表彰式・総合閉会式 | 11月26日 (火) 14:30 (予定・競技終了) | 競技会場 |

|          |            |             |
|----------|------------|-------------|
| 練習会場使用時間 | 11月21日 (木) | 10:00～17:00 |
|          | 11月22日 (金) | 9:00～17:00  |
|          | 11月23日 (土) |             |
|          | 11月24日 (日) |             |
|          | 11月25日 (月) |             |
|          | 11月26日 (火) | 9:00～12:00  |

※レディースカップ (女子) は、試技時間を40秒とする。連続試技は1分30秒とする。