Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング

白石　宏明 選手　105kg級クリーン＆ジャーク175kg　高校新記録　第28回全日本ジュニア選手権大会

発刊100号 記念誌

2008 NO.100
（社）日本ウエイトリフティング協会会報

大塚製薬

「BCAAが入っているか」より、
「BCAAがどれだけ入っているか」が大事です。

BCAAが、注目されています。筋肉のエネルギー源になり、その材料としても欠かせない必須アミノ酸、「BCAA」。
あなたの「動く」や「動いた後」を変えてくれるこの栄養素も、今では手軽に摂れるようになりました。
けれども、BCAAが入っている飲料ならどれも同じ、ではありません。
『アミノバリュー』は2000mgを基本に、からだが日々必要とするBCAAを十分な量含んだラインナップ。
ちょっとからだを動かす人から、トップアスリートまで。運動を続けられる喜びをフルサポートします。

BCAA 2000mg/4000mg 新アミノバリュー

◎製品の詳しい情報は、大塚製薬ホームページ http://www.otsuka.co.jp/a-v/まで。◎製品のお問い合わせは、大塚製薬お客様相談室 03-3293-6111まで。

JAAF アミノバリューは、日本ウエイトリフティング協会のオフィシャルドリンクです。

平成１９年度
日本ウエイトリフティング協会功労賞・年間優秀者賞

滋賀県佐々木元会長以下２７名が３月22日に飛田会長より表彰を受ける。

＜功労賞１１名＞

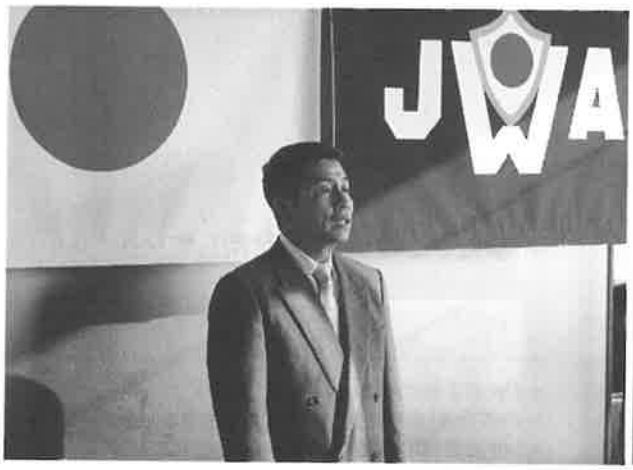
金川　　順（茨城県副会長）	大橋　弘實（岐阜県副会長）	岡上　国治（兵庫県協会理事）
藤枝　靖士（茨城県副会長）	藤岡　英機（岐阜県副会長）	園家　恭一（兵庫県協会理事）
宮下武四郎（東京都会長）	佐々木　巖（滋賀県元会長）	守　　昌宏（福岡県副会長）
澤田　　喬（石川県副会長）	中村　恒晴（滋賀県元会長）	

＜優秀選手賞９名＞

三宅　宏実（法政大学）	＊世界大会５位	山田　政晴（群馬ｶﾞｰﾄﾞｼｽﾃﾑ）	＊日本新記録
嶋本　麻美（金沢学院大学）	＊アジアＪｒ優勝	平岡　勇輝（静岡県協会）	＊日本新記録
橋田　麻由（金沢学院大学）	＊日本新記録	城内　史子（金沢学院東高校・職）	＊日本新記録
新谷　義人（金沢学院大学職員）	＊日本新記録	大城みさき（沖縄県協会）	＊日本新記録
清水　洋平（中央大学）	＊日本新記録		

＜優秀指導者賞７名＞

三宅　義行（三宅宏実の指導者）	長谷場久美（嶋本・橋田・城内の指導者）
比嘉　敏彦（大城みさきの指導者）	原　　徹（山田政晴の指導者）
平岡　　力（平岡勇輝の指導者）	並木　良憲（清水洋平の指導者）
小畑　直之（新谷義人の指導者）	



３月２２日 グランドプリンス赤坂に於いて受賞の園家氏と優秀選手の平岡選手

表彰基準

＜功労者＞

（１）本協会加盟団体長として通算１０年以上在籍し退任した者。

（２）本協会加盟団体にあって、２０年以上当該団体の運営及びウエイトリフティング競技の普及振興に貢献した者。

＜優秀選手＞

（１）オリンピック競技大会及び世界選手権大会で８位以内に入賞した者。

（２）Ｊｒ世界選手権、アジア大会、アジア選手権大会で３位以内に入賞した者。

（３）東アジア競技会、世界学生選手権、ジュニアアジア選手権で優勝した者。

（４）日本記録を樹立した者。

＜優秀指導者＞

上記優秀選手を育成した指導者

東京で国際ウエイトリフティング連盟理事会が開催

2008年3月10-12日、東京にて国際ウエイトリフティング連盟理事会が開催されました。この事業は、国際交流の活発化を目指すJWAと、2016年東京オリンピック誘致の実現に向けて国際交流事業の活発化を目指すNPO法人東京オリンピック招致委員会との目的が合致したことから開催に至ったものであります。

添付の資料は、2008年4月4日、2016年東京オリンピック・パラリンピック招致NF連絡会議にて私が「国際戦略・事例報告」として発表させていただいたものからの抜粋で、開催経緯、開催メリット、当日の模様が示されています。

理事会では、北京オリンピック関連、アンチ・ドーピング規則違反対策、2009年からの新ルール等の重要な題目についての議論がなされ、会は成功裏のうちに終了しました。またワルデマー・バシャノフスキー（POL)とサム・コファ（AUS)の2名の1964年東京オリンピックの参加者を渋谷公会堂（現・CC Lemon Hall)や国立競技場にお連れし、昔を懐かしんでいただくことができたり、ほかの方々についてもこちらの意図通り、大都市・東京を十分に楽しんでいただけたのではないかと思います。

ミズノスポーツ財団をはじめとするこの事業に多大なるご協力を賜った関係各位にこの場をお借りして御礼申し上げます。

国際委員長　知念　令子

開催のメリット (JWAの立場から)

- IWFとの連携力の強化、情報の入手
- IWF理事とのコミュニケーション
  政治的力関係を窺い知る（IF選挙に向けて）
  ⇒　今後、協力 or 支持できる人物か否か？
- 「東京は楽しいところ」
  ⇒　何かにつけ「JPN」への好イメージ

⇨ IF・AFにおける発言力の強化（例：ルール改正における要望など）

⇨ 日本のアスリートにも好影響だろう

また、この機会を利用して・・・

2008年アジア選手権（4月23日～、金沢市）の調印式を実施した

- IWF理事会のWelcome Partyを利用
- AWF会長・事務総長、JWA会長・専務理事がサイン
- IWF会長・事務総長がObserverとして臨席
- IWF理事が参観

⇨ 選手権の健全な運営に対する期待
不正の抑止（特に金銭面）

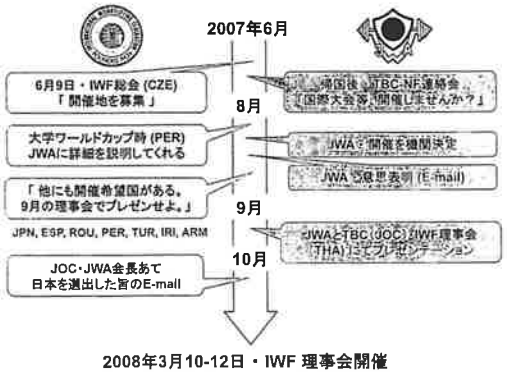
開催のメリット (TDとして)

IWF理事会開催前　：　競技計画案承認へ迷い

- ウエイトリフティング競技予定地を見てもらえた
  ⇨「この会場で良しとしましょう」
- レイアウトに関するアドバイスをもらえた

⇩

迷いの払拭
具体的な計画立案へ前進



International Weightlifting Federation
EXECUTIVE BOARD MEETING

1964年ライト級チャンピオン
W. Baszanowski, 思い出に浸る

ウエイトリフティング協会会報ＮＯ，１００

２００８年４月号

目　　次

＜巻頭言＞	副会長　田中　隆三	６
「特集」オリンピック出場選手応援メッセージ	五輪出場者OB	７
２００８北京国際大会（プレオリンピック）	小宮山哲雄	１４
平成１９年度全国指導者講習会報告	小栗　和成	１７
第２８回全日本ジュニア選手権大会	宮田　秀樹	１８
・優勝選手インタビュー		
第２３回全国高校選抜大会	上田　　貢	２４
・優勝選手インタビュー		
「発刊１００号記念」１号からの現在までの抜粋		２９
平成２０年度事業計画案について		６４
平成２０年度行事開催計画案		６８
《公認記録表》		
平成１９年度　高校選抜ブロック大会		７１
第２８回全日本ジュニア選手権大会		７５
第２３回全国高等学校選抜大会		７６

巻　頭　言

副会長　　田　中　隆　三

日頃、ウエイトリフティング競技発展の為に全国各地で活躍されている協会員の皆々様に深く謝意を表します。

さて、総合型地域スポーツの情報が全国的に発信されその活動ぶりが伺えるようになりました。競技スポーツの向上という事に多く視線がいってただけに、春暁、処々啼鳥を聞く心境になります。（財）日本体育協会のスポーツジャーナル誌等を目にしていても、競技全体を支える受け皿というものが可成変化しつつあるように思えます。

旦て指導者は選手を育成する事が十全でありましたが、脚下照顧の整理力も要求されています。

第２９回オリンピック競技大会が８月に北京で開催されるこの時期、ビック大会を迎え参加するだけでなく、協会運営の諸事業を通して更に組織体制の万全を図るべく創意工夫を出し合ってゆきたいものです。

平成２０年１２月１日から平成２５年１１月３０日までの５年間を移行期間として新公益法人の認定が文部科学省等により審査されます。

今後の重要な取り組みになりましょう。

また目前には、２００８年男子第３９回・女子第２０回アジア選手権大会の４月開催（石川県金沢市）が控えております。アジアウエイトリフティング連盟５０周年のイベントも計画されています。

旅行して経験する事でありますが、明日もこの時間帯にこの飛行機はこの空を飛び、この列車はこの地を走っているのだと実感させられます。

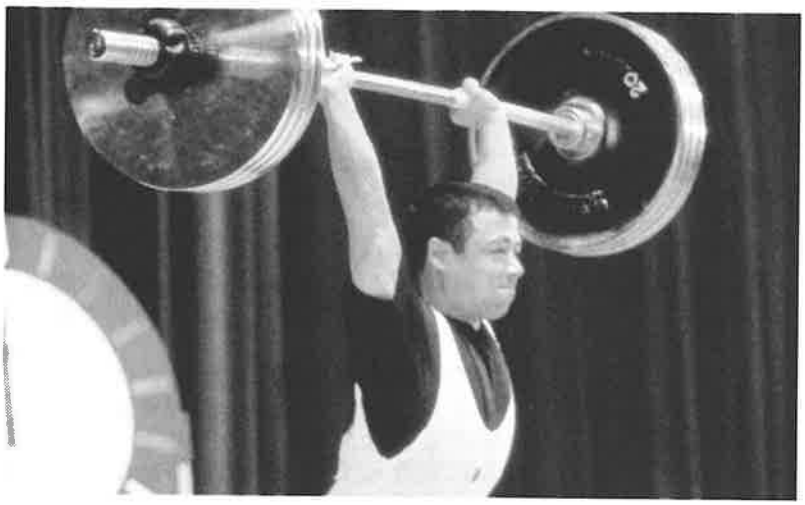
本協会は、日本号であり日本丸であります。

そこに誇りと喜びを現出させて、一層の向上を誓い合って前進しましょう。

オリンピック出場者に応援メッセージ

第１８回東京オリンピックの思い出（１９６４年）

フェザー級（６０ｋｇ級）優勝　三宅　義信



「大会」第１８回オリンピック東京大会が決まってからの日本は、国民全体がオリンピックムードにそまり、新幹線や高速道路、カラーテレビが普及し世界経済に発展しようと、特に東京はその機運が高まっておりました。

大会当日、清らかな空に描きだされたことは、今でも走馬灯ごとく思い出されます。

一つ、欲は出さない。相手の事は考えない。己を信じ、与えられた９本の試技を戦いぬいて、皆様にゴールドメダルを捧げたい。この思いで第１回目のプレス１１５ｋｇを挙げることにした。その時両親の顔が映り、この１回目は母のために挙げたいと精神統一し、プレス３本成功（１１５・１２０・１２２．５）、スナッチ３本成功（１１５・１２０・１２２．５）、ジャーク２本成功（１４５・１５０）し、最後の試技の時、皇太子両殿下（現天皇陛下同妃）が身を乗り出され観戦して下さったことに有り難く、今も忘れることはありません。そのおかげで最後の試技の３本目（１５２．５）も成功しトータル３９７．５ｋｇのパーフェクトゲームを成し遂げる事が出来ました。

表彰式では、私の名前が一番先に呼ばれ、一番高い台に上がったときは、達成感で満たされ、メダルを手に皆様のおかげで手中にできたと感無量でした。

「合宿」当時アマチュア規定があり、続けての合宿は２１日以内に決められておりました。その間、共通教育、基礎体力、協調性、合宿での躾事項、スポーツの心得等、監督コーチの指導は厳しかった。特に監督・コーチ・選手一同が一つの屋根の下で寝起きするが、監督コーチのいびき、選手の寝言、小便、水飲み等、自分のコンディションづくりが出来にくい環境であった事が思い出されます。

「練習」私の場合は金色のメダルしか与えられない立場において、２番３番は許されなかった。それに対しての目標トータル４００ｋｇを設定し、プレス１２５ｋｇ、スナッチ１２５ｋｇ、クリーン＆ジャーク１５５ｋｇの目標に向かってのスケジュールを組んだ。

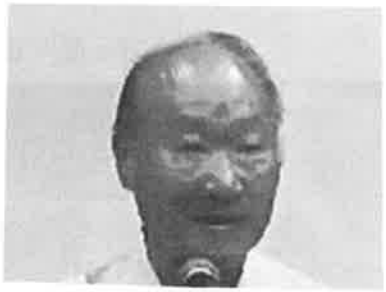
（月、火、水）トレーニング、（木）完全休養、（金、土）トレーニング、（日）完全休養。この練習方法を何通りも変えました。１日８時間、練習４回、一番多い時は１日１００トン、平均にして８５トンのトレーニングをし、足りない分はかくれてやりました。

１日のトレーニングで２０種目から３０種目をこなし、その結果、プレス１３０ｋｇ、スナッチ１３０ｋｇ、クリーン＆ジャーク１６０ｋｇ、トータル４２０ｋｇを本大会３ヶ月前にやっており、これが合宿の全容です。

「代表選手へのメッセージ」オリンピックに参加される選手諸君、大変名誉であり、誠におめでとうございます。選ばれた以上は、夢と目標に向かって、確実に最後まで諦める事なく、自分のしたことに責任を持ってやることです。一つ、俺がやらねば誰かやる。今やらずしていつ出来る。決して欲を出さない。己を信じて己の道を歩む事。親に貰った身体一つで戦い続けた気持ち良さ。頑張ってもらいたい。我が人生に悔いはないとー。

第１７回ローマオリンピックの思い出（１９６０年）

ミドル級（７５ｋｇ級）第7位　窪　田　　登



三宅義信選手。我が国を代表する名選手である。

私は彼と１９６０年の第１７回オリンピックに出場、その後も長い間彼のトレーニングを目の当たりに見てきた。ここでは彼のスナッチとジャークの練習で他の選手とは異なる点を記してみたい。

彼はまず２０ｋｇのバーだけでこれらのリフトの練習を始める。１回１回フォームの出来具合を確認しながら次第に増量していく。たとえその増量課程であっても、自分が納得できないフォームでしか挙上ができないときには、実に思い切りよく重量を下げて、再び増量していくのである。私のように挙上に失敗しても、それを予め決めた反復回数やセット数に数え上げるような荒っぽい雑なやり方ではない。だからこそあのような前人未踏の記録を物することができたのであろう。

第１９回メキシコオリンピックの思い出（１９６８年）

フェザー級（６０ｋｇ級）第3位　三宅　義行

私が参加したオリンピックは、１９６８年、第１９回メキシコ大会でした。

あれから４０年が過ぎ、想い起すと２２４０ｍの高地だったため酸素不足で苦しい経験もしました。選手村での生活も私は７Ｆのフロアだったのでお湯の上がりが悪く、温度も低く、なかなか体が温まらなく減量に大変苦労した思い出があります。

また初めて経験するスコールにも驚きました。大会では結構、日本びいきで地元の人達から心温まる応援を頂きました。

トレーニングにおける時間は今と変わりなく、プレス種目が無くなった分スナッチやジャークの練習量が多くなったように思います。また野外サーキットやハンドボール・ソフトボール等、球技を多く取り入れたり、苦手な分野を伸ばすために自分の得意な分野を工夫しながら伸ばしていきました。

＜応援メッセージ＞

出場される選手の皆さん、おめでとう。

日本のウエイトリフティング界を代表して、北京では、自分のもてる力を十分に発揮されることを期待しています。

＜２０１６東京五輪誘致についてどう思いますか？＞

この日本の地で再びオリンピックが開催されることを心から願っています。

第２０回ミュンヘンオリンピックの思い出（１９７２年）

フライ級（５２ｋｇ級）第４位　佐々木　哲英

１９７２年にミュンヘンオリンピックに出場しました。

当時はプレスを含めて３種目あり、スタミナ重視の大会であるため「デッドリフト」と「スクワット」を徹底的に練習しました。全日本合宿では、世界の三宅義信さん、大内仁さんの練習を手本に頑張りました。

自分にとって最初で最後のチャンスと思い出場したオリンピックでは、８位入賞が目標でしたが、それがプレス３試技、スナッチ３試技、ジャーク１試技まで成功し、トータル自己ベストの第４位に入賞する事ができました。

足腰を集中的に鍛えた事が結果につながったと思います。

私が競技を辞めて３０年経ち練習法も変わっていると思いますが重量挙げはシンプルな競技なので基本的に変わらないと思います。

北京大会の代表に選ばれた選手の皆さんには本番で自分の力を出し切ってくれる事を心より応援しています。

＜２０１６東京五輪開催についてどう思いますか？＞

私が生きている間に、もう１度日本でオリンピックが見られる事は幸せです。是非招致してほしいと思っています。

第２１回モントリオールオリンピックの思い出（１９７６年）

フェザー級（６０ｋｇ級）第３位　平井　一正

私の時代はウエイト日本と言われる頃で三宅兄弟のすばらしい活躍をみて感動しウエイトリフティングを志した選手が多く、どの階級にもすばらしい選手がひしめいており、誰がオリンピックに出ても不思議ではない時代でした。

私はたまたま、三宅さんと同じ階級で雲の上の存在でしたので、少しでも記録が近づければと言う気持ちで頑張っておりましたが、当時同じ階級に安藤謙吉さん、斉藤隆さん、加藤正雄さん、小野弘さんと、そうそうたるメンバーの中でもまれ、皆様のご支援と三宅さんのアドバイスでオリンピックという大舞台に立てたと思っております。やはり、今から考えると、どの階級もライバルがおり、練習でも試合でもすばらしい演技を披露していました。

練習では、それぞれ個性をもった練習をしており、私はその中からいろいろな事を学ばせて戴き自分自身を向上させる事ができました。

選手諸君は、すばらしい環境と施設に恵まれた中でいろんな事を学びオリンピックに向けて自分自身を信頼し晴れの舞台で思う存分楽しんで下さい。

過去の選手たちも新たな黄金時代を期待をして応援しています。頑張って下さい。

＜２０１６東京五輪開催についてどう思いますか？＞

私たちは東京オリンピックを見てウエイトリフティングをやろうと思ったので、やはり再度東京で開催していただき、新しい世代に受け継いでいただければこんなにうれしいことはないと思います。どうか開催を切に希望します。

第２３回ロサンゼルスオリンピックの思い出（１９８４年）

５２ｋｇ級第3位　真鍋　和人

当時は、選手それぞれが強烈な個性を持っておりオリジナルなトレーニングメニューをこなしていたと思います。ある選手はハイプルに拘り、またある選手はラックジャークに拘ったりと練習風景も様々であった。それだけにこれは良いと思った内容は直ぐに真似をし、結果思わぬ収穫があった事を思い出す。

とにかく、他の選手の練習をよく見ていた。全員がここまで強くなった過程が違うためそれぞれが「これだけは」というものを持っていたからだろう。

ロサンゼルス大会では、故障のため出場が危ぶまれる状態にまでになっていたが、それまで支援下さった方々の見えない力に後押しされて何とか銅メダルを獲得できた。

記録的には最低の記録で゛あったが私にとっては金メダルに負けない価値のあるメダルだったと信じている。今回、北京大会に出場する選手の皆さんには「今自分がオリンピック選手でいられるのは、誰のお陰か」を思い出して頂き、大会本番でもし最悪の状態になったらまず冷静になってこの事を思い浮かべて下さい。必ず底力が出る事でしょう。最悪の状態にならずにベストを尽くせる事を祈ります。

＜２０１６東京五輪誘致についてどう思いますか？＞

２０１６年東京でオリンピックが開催されると実に５２年振りであるが、地元日本での開催であるので是非とも日の丸を揚げてほしいものである。

日本中を探し歩いてでも素質を持った少年を見つけ正しく育てる事を実行すべきではないだろうか。

第２３回ロサンゼルスオリンピックの思い出（１９８４年）

８２．５ｋｇ級第3位　砂岡　良治

２４年前の８月４日、ロヨラ・メリーマウント大学体育館に、超満員の観客の声援を受け、ジャークの最終試技２０７．５ｋｇに挑んだ。この重量を成功させれば「金」、失敗すれば「銅」といった、これまでに経験したことのない興奮状態だった。結局、クリーン動作に９９％のエネルギーを使い果たし、審判のブザーの合図前に、無情にも頭上に止まる事なく、ドシンと音を立てバーは落下してしまった。このときは、大きなハンマーで頭を叩かれたような衝撃だった。

振り返れば２２歳で始めてのオリンピックに出場し、極度の緊張状態で自分をコントロールできなかった事に敗因があったと思われる。いかに無の境地になれるか。

ロス五輪後は、しばらくバーを握る気持ちにはなれなかったが、時が解決しソウル五輪・バルセロナ五輪へと挑戦は続いた。しかし、納得のいく結果は残せなかった。私にとってオリンピックは、悔しさの残る思い出だけだ。

どうぞ北京オリンピックに出場される皆さんは、まわりを気にせず自分のために競技していただきたい。そして日々のトレーニング成果を発揮し、納得できる結果が残せることを祈る。

＜２０１６東京五輪開催についてどう思いますか？＞

是非、東京で開催していただきたいものです。世界のトップーリフターをオリンピックという最高の舞台で間近に観戦できる。

東京オリンピック招致委員会ではウエイトリフティング競技会場を皇居、東京駅付近に計画しているため、交通のアクセスも大変便利で、国内外から多くのファンが声援を送れる事でしょう。

しかし、来年に東京開催が決定すれば、日本代表選手の強化の問題があります。施設の面ではナショナルトレーニングセンターが竣工し、世界レベルといえるでしょう。

選手強化の面では、早急にジュニア層（中学生～大学１，２年生）の有望選手を発掘し、徹底的に強化しなけれは日本選手の活躍は期待できません。

どうか２０１６年東京オリンピックの開催を契機に、日本ウエイトリフティング協会が発展される事を心から願うものです。

第２４回ソウルオリンピックの思い出（１９８８年）

６０ｋｇ級第５位　岩田　洋介

ロサンゼルスでは、不本意な成績に終わった。そこで４年後のソウルの雪辱を誓った。新たな職場となった倉敷商業高校で生徒の競技指導をしながら、自らの練習に励んだ。その時私が常に考えたのが最高目標を設定することであった。全日本合宿では、一日中貪欲に練習に取り組み、有意義な合宿とすることができた。海外遠征では、積極的に強い選手の試合を見学し、参考にした。オリンピック前の合宿では、調子も良かったので、当初２９０ｋｇを最高目標に設定していたが、約６ｋｇの減量のため、２８０ｋｇに修正した。

ソウルでは、３回試技に成功したスナッチが１２７．５ｋｇと3位、ジャークは、３回の試技のうち１回しか成功せず１５０ｋｇで５位となり、目標を僅かに下回った。メダルには届かなかったが、自分では８０％の出来であったと思っている。

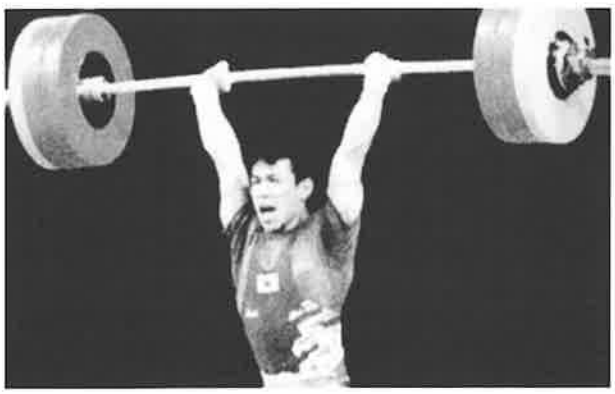
日本代表の皆様も目標記録を設定し、それに向かって精神的・技術的・体力的にベストになるよう調整して試合に臨んで下さい。

＜２０１６東京五輪開催をどう思いますか？＞

選手の側から考えると、移動距離も少なく時差もなく、食事や環境の変化もなく、試合をするには、ベストではないかと考えます。

第２６回アトランタオリンピックに出場して（１９９６年）

５９ｋｇ級第４位　池畑　大



北京オリンピック代表選手の皆様、出場おめでとうございます。

スポーツ選手にとりまして最高の舞台で、万全の体調で競技される事を願っております。

私ごとではありますが、アトランタ・シドニーと２大会の出場をさせていただきました。

関係者の方々の支えにより大きな怪我もなく、アトランタ大会で６本成功で終える事ができました。残念ながらシドニーでは、２本成功で終わり２大会の違いは？と考えるとスタート重量の選択が大切であったと思います。

最後に本大会までの限られた時間を大切に過ごして上位を目指し頑張って下さい。

第２７回シドニーオリンピックの思い出（２０００年）

５６ｋｇ級　田頭　弘毅

北京オリンピックを目指す選手の皆さん、代表の座をつかむ為、もしくは最高の結果の結果を残すため、日々惜しげも無く頑張っておられると思います。

北京オリンピック開催まで半年を切り、テレビ・新聞・雑誌等で、様々な内容が連日のように取り上げられ、ますますオリンピックムードも高まってきました。

私のオリンピックの思い出としては、「練習する場所の確保」であります。大抵の社会人選手の皆さんは、所属チームの練習場、または出身大学や高校等の練習場（ホームもしくは本拠地的な所）で、そこでの監督・コーチもしくは恩師の先生の下、練習するのが普通ですが、私にはその様な環境がありませんでした。また、近くにウエイトリフティングの出来る公共の施設も無かった為ね職場から通える距離にある大学や実業団・社会人チームの練習場をお願いし使用させてもらいました。それぞれ使える日や、時間に合わせて各練習場を転々とする日々でした。

常にアウェイの状況での練習でしてたが､逆に私自身にプラスになった事は多かったです。一つは、練習がマンネリ化しなかった事です。調子の悪い時でも練習場ごとに気持ちわ入れ替えることが出来たり、また格好悪いところを見せられないので（特に同じ階級の選手のいる所では）モチベーションを高めたり、それを維持することができました。

もう一つは、各練習場を渡り歩くことで、色々な練習方法を知る事が出来（自分流にアレンジ)、更には、人間関係の輪が広がったりなど、コミニュケーション能力・自己解決力も高める事が出来ました。今現在の私の仕事に活かされています。

最後になりますが、選手の皆さん、本番当日まで気を緩める事なく体調管理等にも気を付けて、「オリンピックに出場して良かった！」と、一生の思い出に残るような試合をして下さい。

２０１６年東京オリンピック開催が実現となれば、地元開催ということもあり、公共機関や施設等のインフラ整備の他、近年の長野オリンピックの様に、国民の関心も高まり、あの時の同じ様な感動が再現するのではないかと思われます。選手たちも熱狂的な応援や地元開催という期待に応える為、自信の力＋αが期待出来るのではないかと思われます。

是非、実現してもらいたいと思います。

第２７回シドニーオリンピックに出場して（２０００年）

女子５３ｋｇ級第７位　平良　真理

夢であったオリンピック出場してはや８年が経ちます。シドニーから女子のウエイトリフティング競技が正式種目として決定。

その記念すべき大会にぜひ出場したく思い、縁あって日本体育大学から自衛隊体育学校に入隊が決まり、生活すべてがウエイトリフティング中心で動いていた様に思います。

オリンピックの前年の１９９９年アテネ世界選手権大会５位という成績で、五輪への内定を頂いたのですが、それから本番までの間が長い期間でした。取材と練習との調整や減量のための体重調整、またトレーニングで強化し記録向上を求める反面、怪我への恐怖感。どの選手も同じ思いだとは思いますが多くの課題がありました。

オリンピック大会では、減量していたため試合前のドーピング検査で必要量の尿が出せずドクターから水分を取るように薦められました。初めのうちは「減量しています」と断っていたのですが、時間が掛かってしまったので水分を取らざるをえなく体重調整が更にきつかった思い出があります。

選手の皆さんは多くの支えの中、いろいろな思いで日々頑張っている事と思います。

プラット上での６本の試技、気持ちよく挙げ沢山の人に感動を与えて下さい。選手の皆さんの表情や取り組む姿勢１つ１つが勇気とやる気をくれます。

現在は自衛隊体育学校を退官し、オリンピック出場で沖縄での高等学校教員という道が開けました。今後は未来のオリンピック選手を育てていくのが目標です。

選手の皆さん、一生懸命打ち込めば必ずその先の道は開かれていくと思います。努力を惜しまず楽しんで一緒に頑張っていけたらなと思います。

今年は北京五輪です。ウエイトリフティング競技選手団の良い笑顔期待しています。

第２８回アテネオリンピックに出場して（２００４年）

＋１０５ｋｇ級　岩崎　宇信

私がオリンピックを意識するようになったのは、１９９９年の世界選手権の頃からです。

その当時は、力不足で補欠での帯同でしたが、世界の力強さを目の当たりにし、自分もこのような舞台でやってみたい、そしてオリンピックも目指してみたいと思うようになりました。その後、合宿等に参加させてもらい、苦手種目を克服するために、１日に何回もMAXまで上げたり、ひたすら回数をこなしたりしていました。

練習で自己記録の更新や、試合で結果が出たときは大きな喜びを感じたのを覚えています。アテネに出発する前日の練習で両種目とも自己新記録を更新でき、本番ではもっと高い重量ができるのではないか、日本記録も更新できるのではないかと強い気持ちをもっていましたが、現地入りしてからコンディションやモチベーションを維持するのに苦労し、思うような試合出来ず悔しい思いをしたのを今でも鮮明に覚えています。

自分自身が夢に向かって精一杯やってきたことは大きな財産となりましたし、自分自身を大きく成長させてもらった舞台でした。

オリンピックに出来たことは誇りですが、周囲の方々の指導・支援があってのものでしたし、オリンピックに出させてもらったという気持ちの方が強いです。今の私があるのも指導・支援をして下さった監督・コーチ・大学スタッフ、競技だけに集中させてくれた親など大勢の方々のお陰です。これからも感謝の気持ちを忘れずにいたいと思います。

これからの選手には、オリンピックを目指せる位置にいる喜び、他の選手の目標になっているという自覚を持って競技に打ち込んでほしいです。

＜２０１６東京五輪開催についてどう思いますか？＞

オリンピックという世界最大のスポーツイベントを開催するという純粋な点からは、メジャー競技・マイナー競技の両者にとって、より一層、普及・発展する良い機会だと思います。

２００８北京国際大会（北京オリンピック競技プレ大会）

大会期日　　平成２０年１月２２日（水）・２３日（木）
大会場所　　北京市　北京航空航天大学体育館
参 加 者　　男子監督　小宮山哲雄　（強化本部長）
　　女子監督　長谷場久美　（強化副本部長）
　　コーチ　　三宅義行　　（(株)　光波）
　　選　手　　男子+105kg 級　太田和臣（九州国際大学）
　　女子　53kg 級　三宅宏実（法政大学）
　　女子 +75kg 級　城内史子（金沢学院東高校職員）
　　女子 +75kg 級　嶋本麻美（金沢学院大学）

この大会は、８月開催の北京オリンピック競技大会のプレ大会として開催された。実施階級は男子 56kg 級と+105kg 級、女子 48kg 級と+75kg 級の４階級であった。

本協会では、北京オリンピック競技大会に内定している三宅宏実選手を本番会場で経験させるために一つ上の階級の 53kg 級で選考、また減量のない重量級選手で伸び盛りの男子１名、女子２名をそれぞれ選考し派遣した。

北京航空・航天大学の体育館を使用しての会場

【　試合結果　】

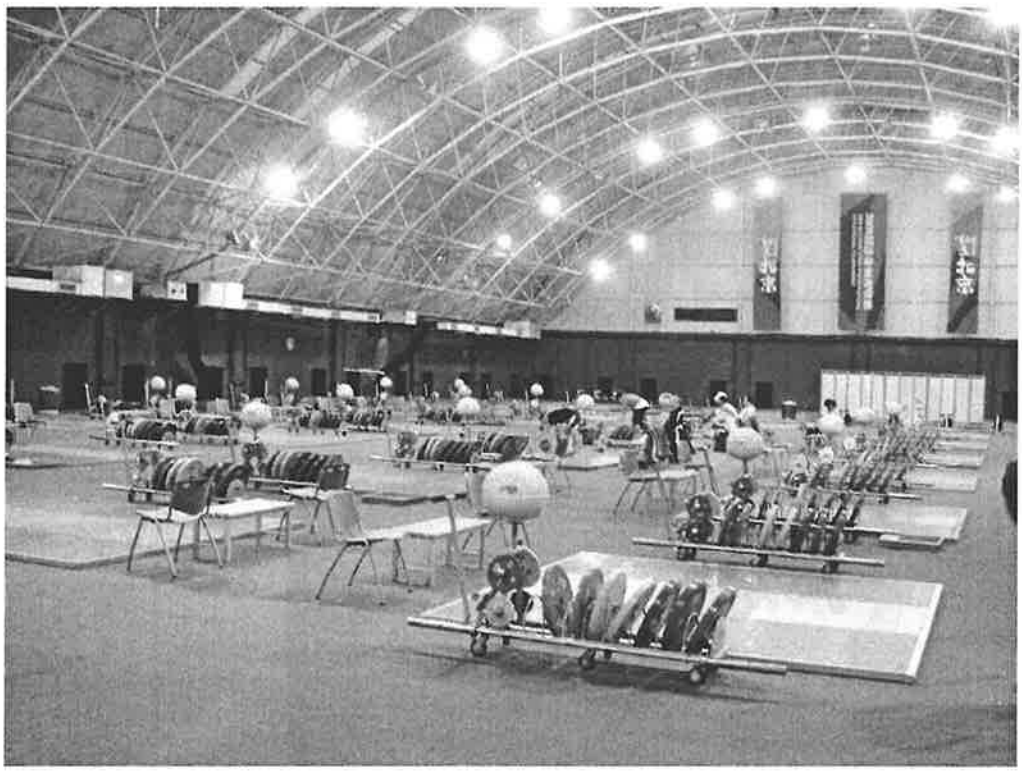
	S1	S2	S3	J1	J2	J3	トータル	順位
太田和臣	155	~~160~~	160	190	200	~~203~~	360	6
三宅宏実	78	80	82	103	108	110	192	4
嶋本麻美	94	98	~~103~~	130	~~135~~	~~135~~	228	6
城内史子	92	~~95~~	~~95~~	125	~~131~~	~~131~~	217	7

大会期間中は最も気温が低く、外気温－３℃から－１３℃と真冬日の連日であった。しかし、競技場は暖房が充分効いており、試合運びも順調であった。

特に、三宅宏実は確実に設定した重量を挙げ、北京に向けて順調に仕上がっていると判断する。

三宅義行コーチは

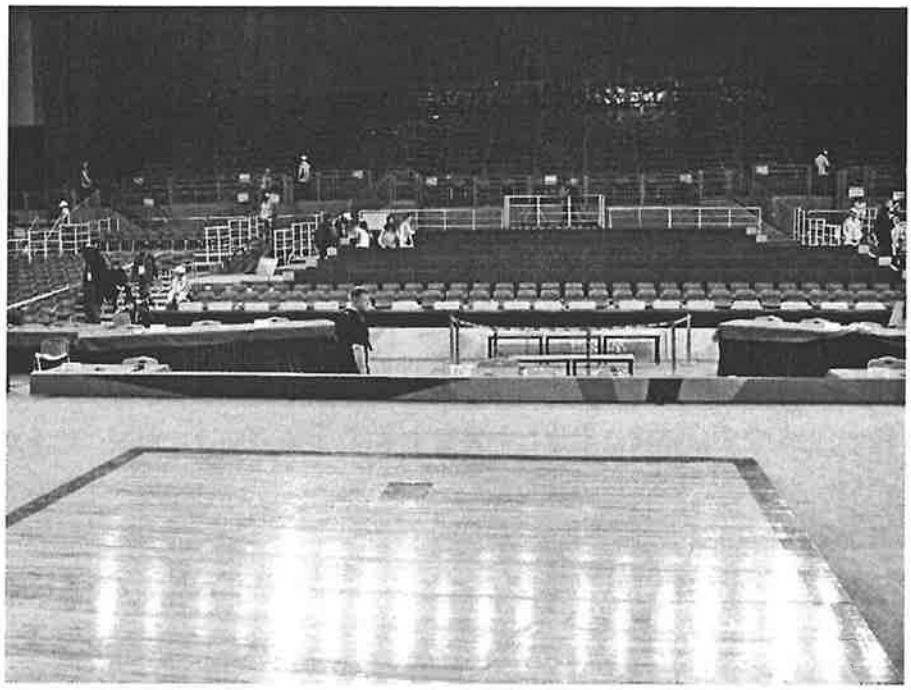
「本番と同じ会場で競技が出来たことは、選手にとって充分プラスになっている」と語った。



練習会場は２５面が用意されていた

選手から見た
観客席風景

約６０００人の
観客が収容できる



青で基調され、オリンピックの雰囲気は充分漂っていた。

本番さながらの運営でもあった。

競技会場の様子、手前の席は報道関係

平成１９年度全国指導者講習会報告

指導者育成専門委員会　　小栗　和成

平成２０年２月９日（土）～２月１０日（日）の２日間、国立科学スポーツ科学センターにて毎年恒例の全国指導者講習会を実施しました。

実施内容

平成２０年２月９日（土）

１．講義　指導者のための栄養学	海老　久美子（JISS スタッフ）
２．一貫指導構築のための	小栗　和成
３．２００７世界選手権報告	松尾　謙資 岡田　純一

平成２０年２月１０日（日）

１．内科的見地から見たスポーツ選手	土肥　美智子（JISS スタッフ）
２．２００７年度の総括と北京オリンピックに向けて	篠宮　稔 岡本　実
３．ナショナルトレーニングセンターの見学	

以上の内容で講習会を実施しました。

本年度の全国指導者講習会では、理事会が初日の時間帯と同じ時間帯となり、世界選手権の報告が小宮山・長谷場両監督から直接話をしていただくことができなくなり、コーチとして帯同した松尾・岡田両氏に報告を依頼しました。また世界選手権の映像も撮影していただき、世界選手権の日本選手と世界のトップ選手の映像を見ていただきました。

JISS のスタッフの方に 2 名講演を依頼し、「指導者のための栄養学」として海老久美子さんに、選手に栄養面を指導するための方法を分かり易く講義していただきました。また内科的な見地からみたスポーツ選手として土肥美智子さんに講義していただき、ケガのことだけでなく、内科的からスポーツを考えるきっかけを頂きました。またドーピングについても詳しくお話をいただけました。

講習会の２日目にはナショナルトレーニングセンターの宿泊施設の中の会議室で講習を実施し、講習会の最後にナショナルトレーニングセンターを見学を行いました。特にウエイトリフティング場では受講者は熱心にカメラで撮影するなどしながら見学されていました。

第２８回全日本ジュニア選手権大会

平成20年3月8日（土）～9日（日）

埼玉県さいたま市　記念総合体育館

普及委員／宮田　秀樹

閉会式終了後、ゲストの黒岩敏幸さん（アルベールビルオリンピック　スピードスケート銀メダリスト）と選手達で記念撮影しました。

閉会式では、黒岩敏幸さんから激励の言葉を頂きました。

黒岩さんの獲得された銀メダルを若き選手達に披露！

最優秀選手 男子56kg級優勝　玉城 成一 選手

最優秀選手 女子63kg級優勝　宮平 奈美子 選手

56kg級優勝　玉城 成一 選手　日本大学←糸満高校　S＝96kg　C&J＝126kg　T＝222kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
体重が落ちなかった。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　30 点(100点満点)
体重調整を失敗したから。

③ベスト記録は？
S＝ 103 kg　C&J＝ 135 kg　BSQ＝ 165 kg　FSQ＝ 143 kg
HS＝ 85 kg　HC＝ 110 kg　DL(S)＝ 130 kg　DL(J)＝ 145 kg
PJ＝ 110 kg　MP＝ 70 kg　PP＝ 95 kg

④身長、普段の体重は？
160cm　62kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
特になし

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
勝負強さ

⑦次の試合とその目標記録は？
Ｓ１００ｋｇ　Ｃ＆Ｊ１３０ｋｇをとること

62kg級優勝　黒江 雄治 選手　早稲田大学←田村高校　S＝105kg　C&J＝133kg　T＝238kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
減量、けいれん

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　10 点(100点満点)
思った重量に挑戦することができなかったから。
内容としては良いものではなかったと思う。

③ベスト記録は？
S＝ 112 kg　C&J＝ 142kg　BSQ＝ 186 kg　FSQ＝ 156 kg
HS＝ 90 kg　HC＝ 115 kg　DL(S)＝ 150 kg　DL(J)＝ 170 kg
PJ＝ 110 kg　MP＝ 76 kg　PP＝ 100 kg

④身長、普段の体重は？
159cm　66kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
陸上競技

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
練習に向かう姿勢。

⑦次の試合とその目標記録は？
東日本個人選手権 S110kg C&J140kgをしっかり成功させたいと思います。

69kg級優勝　武井 誠一郎 選手　日川高校　S＝115kg　C&J＝136kg　T＝251kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
第1肋骨の骨折。受験勉強。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　90 点(100点満点)
久しぶりの試合で、落ち着いて取り組めたため。

③ベスト記録は？
S＝ 115 kg　C&J＝ 136 kg　BSQ＝ 175 kg　FSQ＝ 147.5 kg
HS＝ 87.5 kg　HC＝ 115 kg　DL(S)＝ 140 kg　DL(J)＝ 170 kg
PJ＝ 120 kg　MP＝ 70 kg　PP＝ 80 kg ×5

④身長、普段の体重は？
168cm　68kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
ハンドボール

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
柔らかさとフォーム。

⑦次の試合とその目標記録は？
ベスト記録更新。

77kg級優勝　村上 広大 選手

九州国際大学←小林高校　S＝115kg　C&J＝155kg　T＝270kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　50 点(100点満点)
スナッチは１本で終わってしまい、ジャークは大会新を狙っていたのですが失敗に終わったため。

③ベスト記録は？
S＝ 125 kg　C&J＝ 157 kg BSQ＝ 208 kg　FSQ＝ 176 kg
HS＝ 110 kg HC＝ 134 kg　DL(S)＝ 160 kg　DL(J)＝ 175 kg
PJ＝ 140 kg MP＝ 90 kg　PP＝ 125 kg

④身長、普段の体重は？
165cm　79kg

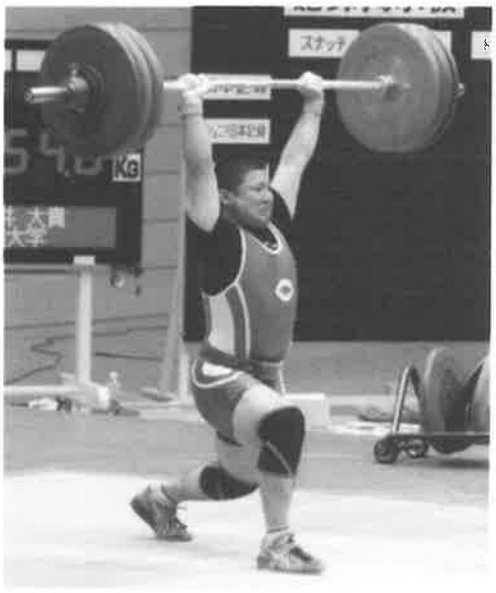
⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
器械体操、空手

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
全体のバランスが良いこと。

⑦次の試合とその目標記録は？
インカレに出場し、優勝すること。

85kg級優勝　武井 大貴 選手

中央大学←日川高校　S＝121kg　C&J＝154kg　T＝275kg



①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
花粉症のため、夜なかなか寝付けなかった。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　50 点(100点満点)
初の全国タイトルは嬉しいが、昨年のJr.から記録が伸びていないのが情けない。

③ベスト記録は？
S＝ 123 kg　C&J＝ 155 kg BSQ＝ 197 kg　FSQ＝ 174 kg
HS＝ 112 kg HC＝ 135 kg　DL(S)＝ 160 kg　DL(J)＝ 170 kg
PJ＝ 127.5 k MP＝ 85 kg　PP＝ 100 kg

④身長、普段の体重は？
168cm　87kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
柔道、ラグビー

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
特になし

⑦次の試合とその目標記録は？
インカレでトータル300kg。

94kg級優勝　河原 祐輔 選手

金沢学院大学←珠洲実業高校　S＝130kg　C&J＝162kg　T＝292kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
指の怪我がなかなか治らず、種目の練習が思った以上にできなかったので苦労しました。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　50 点(100点満点)
１本目と２本目を落としてしまったのが大きな課題となったので、この点数をつけました。

③ベスト記録は？
S＝ 132 kg　C&J＝ 162 kg BSQ＝ 210 kg　FSQ＝ 180 kg
HS＝ 115 kg HC＝ 140 kg　DL(S)＝ 190 kg　DL(J)＝ 210 kg
PJ＝ 130 kg MP＝ 88 kg　PP＝ 125 kg

④身長、普段の体重は？
178cm　92kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
バスケット

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
フォームにあまりぶれがない。

⑦次の試合とその目標記録は？
次は全日本選手権で135kgの170kgを目指したいです。

105kg級優勝　白石 宏明 選手　九州国際大学附属高校　S＝129kg　C&J＝175kg※　T＝304kg※

※高校新

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
増量、ケガ

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　80 点(100点満点)
ベスト近くとれたから。

③ベスト記録は？
S＝ 130 kg　C&J＝ 176 kg　BSQ＝ 232 kg　FSQ＝ 220 kg
HS＝ 115 kg　HC＝ 150 kg　DL(S)＝ 210 kg　DL(J)＝ 220 kg
PJ＝ 170 kg　MP＝ 91 kg　PP＝ 120 kg

④身長、普段の体重は？
178cm　91kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
サッカー、バレーボール

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
必ず立てる。

⑦次の試合とその目標記録は？
ジャーク180kg(全日本学生個人選手権大会)

＋105kg級優勝　鈴木 匠平 選手　利根実業高校　S＝125kg　C&J＝157kg　T＝282kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
自分が優勝できるとは思わなかったので勝つことができたのは先生方なとのおかげだと思っています。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　60 点(100点満点)
場の空気にのまれてしまいふだんの力がだせなかった。

③ベスト記録は？
S＝ 133 kg　C&J＝ 162 kg　BSQ＝ 232 kg　FSQ＝ 190 kg
HS＝ 112 kg　HC＝ 140 kg　DL(S)＝ 182 kg　DL(J)＝ 202 kg
PJ＝ 140 kg　MP＝ 97 kg　PP＝ 125 kg

④身長、普段の体重は？
173cm　120kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
柔道、野球など

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
バランスの良さ

⑦次の試合とその目標記録は？
次の試合はわかりません。次の目標記録はS.138kg、J.170kg

48kg級優勝　竹下 菜緒 選手　金沢学院大学←加悦谷高校　S＝71kg　C&J＝93kg　T＝164kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
今まで力づけのために上げていた階級から本来の48kg級にしたことによる減量に苦労しました。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　80 点(100点満点)
スナッチの１本目を落としてしまったので。

③ベスト記録は？
S＝ 79 kg　C&J＝ 96 kg　BSQ＝ 130 kg　FSQ＝ 106 kg
HS＝ 64 kg　HC＝ 81 kg　DL(S)＝ 110 kg　DL(J)＝ 120 kg
PJ＝ 86 kg　MP＝ 50 kg　PP＝ 71 kg

④身長、普段の体重は？
145cm　53kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
陸上競技（短距離）

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
スナッチのプル

⑦次の試合とその目標記録は？
全日本でトータル170kg

53kg級優勝　具志堅 美沙希 選手 南部工業高校　　S＝78kg　C&J＝93kg　T＝171kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
日中韓友好大会で体調をくずし、元の記録まで戻すのに大変苦労しました

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　　60 点(100点満点)
フォームがまたまた安定してなくて、ジャークのクリーンがどうしても100kgはやりたかった。

③ベスト記録は？
S＝ 81 kg　C&J＝ 97 kg　BSQ＝ 140 kg　FSQ＝ 108 kg
HS＝ 68 kg　HC＝ 80 kg　DL(S)＝ 100 kg　DL(J)＝ 115 kg
PJ＝ 85 kg　MP＝ 52 kg　PP＝ 65 kg

④身長、普段の体重は？
148cm　　54.5kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
バドミントン

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
スナッチ、ＢＳＱが強い。

⑦次の試合とその目標記録は？
スナッチ82kg、ジャーク100kg

58kg級優勝　菊田 泰子 選手　金沢学院大学←飯田高校　　S＝76kg　C&J＝94kg　T＝170kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
冬の間に増えすぎた体重を減らすことです。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　　45 点(100点満点)
Snatch・C&J共に３本目がとれなかったからです。

③ベスト記録は？
S＝ 78 kg　C&J＝ 100 kg　BSQ＝ 135 kg　FSQ＝ 115 kg
HS＝ 72 kg　HC＝ 85 kg　DL(S)＝ 120 kg　DL(J)＝ 130 kg
PJ＝ 85 kg　MP＝ 51 kg　PP＝ 70 kg

④身長、普段の体重は？
163cm　　62kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
陸上競技(短距離)

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
Cleanが軽い。

⑦次の試合とその目標記録は？
全日本選手権でSnatch80のC&J100以上をすることです。

63kg級優勝　宮平 奈美子 選手　九州国際大学←南風原高校　　S＝83kg　C&J＝104kg　T＝187kg

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
減量するのがつらかったです。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　　60 点(100点満点)
自己新記録が出せなかったのが1番の理由です。今回62kg級に出るということで減量をしたのですが体重を落としすぎたりしてしまい、大会当日に調整したりしました。自分の身体のことをもっと良く知っていたら体重をベストなかんじで調整できたと思います。試合でもポイントをおさえられないままで失敗したりしました。自分に会った体重、アップの仕方をもっと良く考えてやらなければいけないと思いました。

③ベスト記録は？
S＝ 87 kg　C&J＝ 106 kg　BSQ＝ 140 kg　FSQ＝ 130 kg
HS＝ 75 kg　HC＝ 90 kg　DL(S)＝ 120 kg　DL(J)＝ 125 kg
PJ＝ 100 kg　MP＝ 60 kg　PP＝ 82 kg

④身長、普段の体重は？
156cm　　65kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
ソフトボール

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
試技中はポジティブな所です。

⑦次の試合とその目標記録は？
次の試合は全日本です。今回の階級とは違いますがS90、C&J110を目標にしています。

69kg級優勝　前原 よしの 選手　九州国際大学←豊見城高校　S＝72kg　C&J＝94kg　T＝166

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　80 点(100点満点)
Ｊの１本目をとれなかったからです。

③ベスト記録は？
S＝ 72 kg　C&J＝ 94 kg　BSQ＝ 135 kg　FSQ＝ 108 kg
HS＝ 55 kg　HC＝ 80 kg　DL(S)＝ 100 kg　DL(J)＝ 120 kg
PJ＝ 75 kg　MP＝ 48 kg　PP＝ 60 kg

④身長、普段の体重は？
153cm　68kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
バドミントン

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？

⑦次の試合とその目標記録は？
S.75 の J95 です。

75kg級優勝　井上 佐織 選手　平成国際大学←四日市中央工業高校　S＝81kg　C&J＝107kg　T＝188

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　40 点(100点満点)
今回の試合の目標重量にとどかなかった。

③ベスト記録は？
S＝ 80 kg　C&J＝ 110 kg　BSQ＝ 165 kg　FSQ＝ 140 kg
HS＝ 77 kg　HC＝ 100 kg　DL(S)＝ 130 kg　DL(J)＝ 150 kg
PJ＝ 110 kg　MP＝ 50 kg　PP＝ 75 kg

④身長、普段の体重は？
160cm　76kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
バレーボール

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
足の強さ。

⑦次の試合とその目標記録は？
次回は S.85kg、C&J.115kg はしたいです。

+75kg級優勝　比嘉 真理子 選手　日本体育大学←豊見城高校　S＝83kg　C&J＝108kg　T＝191

①優勝するまでに乗り越えた困難・苦労などのエピソードは何かありますか？
私はメンタル面が仲々弱いです。身体はOKでも心で落としてしまうことが多いです。まさしく自分との戦いなので、乗り越えるまでとても難しかったです。今もまだ、自分に負けていると思っています。なので大会のたびに、打ち勝とうと努力しています。

②今回の出来の自己採点とその点数の理由は？　85 点(100点満点)
今回の試合の目標重量にとどかなかった。

③ベスト記録は？
S＝ 86 kg　C&J＝ 110 kg　BSQ＝ 147 kg　FSQ＝ 120 kg
HS＝ 73 kg　HC＝ 90 kg　DL(S)＝ 120 kg　DL(J)＝ 140 kg
PJ＝ 92 kg　MP＝ 52 kg　PP＝ 50 kg

④身長、普段の体重は？
158cm　90～3kg

⑤ウエイトリフティングの他に得意なスポーツは？
バドミントン、バレーボール、ドッジボール

⑥自分自身のリフティングにおける持ち味(長所)は？
ポジティブなメントたいかいじはいつも軽い（と思う）ことですね…。

⑦次の試合とその目標記録は？
次回ではぜひとも自己新記録をとりたいです。

第 23 回全国高等学校ウエイトリフティング競技選抜大会観戦記

上田　貢

第２３回全国高等学校選抜大会が３月２８～３０日に、石川県金沢市「金沢市総合体育館」にて開催され、全国各地から女子５６名、男子１１３名、総勢１６９名の選手が参加しました。

この大会は、国のスポーツ拠点づくり推進事業として石川県で開催される第二回目の大会であり、参加選手も昨年度より２５名も増え盛況に行われました。

女子の部では、昨年度の優勝者が３名出場していたため、１位と２位の記録の差が大きい階級が見うけられました。その中で、埼玉栄高校が７階級中４階級に優勝者して強さを見せつけました。
男子の部では、豊見城高校の強さも目立ち３階級を制覇しました。他階級では熾烈な優勝争いが繰り広げられ、大変見応えのある試技が随所に見られました。

また、今回は、連続試技以外の試技もコール後に音楽を流すという初の試みも行われ、いつもと違った雰囲気の大会となりました。

大会を終えて、最優秀選手にはジャークで大会新記録を樹立した男子 69Kg 級金城聖丸選手（沖縄県・豊見城）が、女子は６個の大会新記録を樹立した 58Kg 級吉野千枝里選手（埼玉県・埼玉栄）が選ばれ、女子 75Kg 級の仲村理奈選手（沖縄県・豊見城）がスナッチで 88kg の高校新記録を樹立し大会に花を添えました。

試合期間中、特にトラブルが起こることなく、全ての選手がベストを尽くし大変素晴らしい戦いを繰り広げてくれました。そして、３日間の試合を通して、１５個の大会新記録、１個の高校新記録が樹立され、将来有望な選手も大勢みられ、大変素晴らしい大会となりました。

最優秀選手

金城 聖丸 選手　　吉野 千枝里 選手

第23回全国高等学校選抜大会優勝者インタビュー

女子 48Kg級 優勝

伊藤 奈央（三重県・四日市中央工業） 2年　競技年数（4年）

S56kg　C&J81kg(大会ﾀｲ) T137kg

〈優勝の感想〉うれしい。

〈自己ベスト〉 S61,C&J83,BSq110,FSq95,DL110,HS45,HC60

〈目標〉オリンピックに出てること。

女子 53Kg級 優勝

井澤 彩乃（埼玉県・埼玉栄） 2年　競技年数（2年）

S58kg　C&J78kg　T136kg

〈優勝の感想〉この大会にかけて皆で頑張ってきたので嬉しかったです。階級を上げて体重も増えてきたので自信を持ってやることが出来ました。自分の自己新記録もでたのでよかったと思います。優勝できたのは先生や先輩、部の仲間や家族のおかげだと思います。

〈自己ベスト〉 S59,C&J76,BSq107,FSq98,DL105,HS52,HC71

〈目標〉失敗を少なくして、もっと記録を伸ばしたいです。

女子 58Kg級 優勝

吉野千枝理（埼玉県・埼玉栄） 2年　競技年数（2年）

S73kg(大会新)　C&J93kg(大会新)　T166kg(大会新)

〈優勝の感想〉初めて全国大会で1番高い表彰台に上ることができてとても嬉しかったです。そして一緒に練習してきた仲間、指導して頂いた先生や先輩、応援に来てくれた両親にとても感謝しています。

〈自己ベスト〉 S74,C&J91,BSq130,FSq120,DL128,HS65,HC83

〈目標〉体力をつけて7月の全国女子で個人、団体優勝と先輩の大会記録を更新することです。

女子 63Kg級 優勝

谷山祐里奈（沖縄県・豊見城） 2年　競技年数（2年）

S73kg　C&J96kg　T169g

〈優勝の感想〉去年は、優勝できなかった分、嬉しかったけれど、まだまだ課題があったから、練習をたくさんして強くなりたいです。

〈自己ベスト〉 S77,C&J95,BSq135,FSq115,DL135,HS67.5,HC82.5

〈目標〉 スナッチの課題が多いから、スナッチの練習をたくさん入れること。記録は、まず80kgの100kgをとることです。

女子 69Kg 級 優勝

柿沼 沙苗（埼玉県・埼玉栄）２年　競技年数（２年）

S74kg　C&J90kg　T164kg

〈優勝の感想〉自分の目標は、『６本成功』だったので目標達成出来なかったのは悔しかったけど、どこが悪いのかなどのなおすべきところが見つかって良かった。優勝できたのもみんなのおかげです。応援してくださった先生、両親、チームメイトに感謝したいです。

〈自己ベスト〉 S74,C&J93,BSq120,FSq115,DL120,HS62,HC80

〈目標〉全国女子で団体、個人で優勝すること。スクワットの強化！

女子 75Kg 級 優勝

仲村 理奈（沖縄県・豊見城）２年　競技年数（２年）

S88kg(高校新)　C&J100kg　T188kg(大会新)

〈優勝の感想〉優勝できたことは、本当に嬉しかったです。これからの課題も見つける事が出来たのでまた成長出来るように頑張りたいです。

〈自己ベスト〉 S82,C&J103,BSq155,FSq122,DL140,HS72,HC90

〈目標〉これからの目標は、自分の弱点を強化し、自分の記録をもっと伸ばしていきたい。

女子 +75Kg 級 優勝

山田 翔子（埼玉県・埼玉栄）２年　競技年数（５年）

S77kg　C&J95kg　T172kg

〈優勝の感想〉 去年は、腰をケガしてしまい悔いが残ったので、今回は、ケガが無かっただけ良かったです。優勝したことは嬉しいけど、記録がイマイチで悔いが残りました。ここまで育ててくれた加藤先生、親、部活のみんながいつもそばにいてくれたからここまでこれました。次も頑張ります。

〈自己ベスト〉 S78,C&J98,BSq143,FSq130,DL140,HS70,H88

〈目標〉Ｃの記録を伸ばすこと。Sq を強くすること。おもいきりをつくること。団体優勝して、個人優勝したいです。

男子 53Kg 級 優勝

吉田 真弘（福島県・石川）２年　競技年数（２年）

S80kg　C&J100kg　T180kg

〈優勝の感想〉 今、自分は優勝してほっとしています。これから自分は、インターハイ、国体で三冠達成出来るように練習に励んでいきたいです。

〈自己ベスト〉 S82,C&J107,BSq175,FSq150,DL130,HS65,HC85

〈目標〉日本高校新記録

男子 56Kg級 優勝

糸数 陽一（沖縄県・豊見城）１年　競技年数(１年)

S100kg(大会新)　C&J115kg　T215kg

〈優勝の感想〉 スナッチは３本成功して嬉しいですが、ジャークは、１本しかとれなかったので悔しいです。満足のいく結果ではありませんでした。

〈自己ベスト〉 S95,C&J122.5,BSq175,FSq140,DL165,HS77,HC100

〈目標〉 練習を今まで以上に頑張ってもっともっと強くなりたい。回数やセット数を増やしていく。

男子 62Kg級 優勝

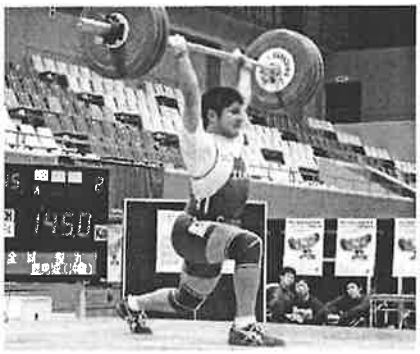
金城 誠丸（沖縄県・豊見城）２年　競技年数(５年)

S103kg　C&J130kg　T233kg

〈優勝の感想〉 ホッとしていまが、記録的には満足出来ません。

〈自己ベスト〉 S106,C&J135,BSq200,FSq170,DL205,HS95,HC125

〈目標〉 日本高校記録更新



男子 69Kg級 優勝

金城 聖丸（沖縄県・豊見城）２年　競技年数(７年)

S105kg　C&J145kg(大会新)　T250kg

〈優勝の感想〉 念願の二階級制覇を達成しましたが、目標としていたS121kg,J153kgに挑戦することができず、悔しさでいっぱいです。これから、インターハイに向けて、たくさん練習しS121kg,J153kgをとれるよう頑張りたいです。

〈自己ベスト〉 S120,C&J150,BSq204,FSq170,DL210,HS100,HC120

〈目標〉 今回は、成功率が悪かったので、成功率を良くし、世界で闘える選手になりたい。

男子 77Kg級 優勝

安達 貴弘（愛知県・愛知工業大学名電）２年　競技年数(２年)

S110kg　C&J136kg　T246kg

〈優勝の感想〉 試合の１～２週間前からとても調子があがらなくて心配でした。しかし、結果的には優勝できてとても嬉しいです。

〈自己ベスト〉 S115,C&J143,BSq200,FSq165,DL185,HS105,HC132

〈目標〉 総体と国体で優勝すること。

男子 85Kg級 優勝

三浦 宏也（山梨県・吉田） ２年　競技年数（２年）

S107kg　C&J139kg　T246kg

〈優勝の感想〉

〈自己ベスト〉 S105,C&J139,BSq190,FSq175,DL170,HS87.5,HC120

〈目標〉インターハイ、国体優勝

男子 94Kg級 優勝

小林 克己（京都府・加悦谷） ２年　競技年数（２年）

S113kg　C&J135kg　T248kg

〈優勝の感想〉生まれて初めての全国での優勝ですごく嬉しい。

〈自己ベスト〉 S113,C&J138,BSq205,FSq160,DL205,HS100,HC138

〈目標〉インターハイ、国体でも優勝し三冠を達成する。

男子 105Kg級 優勝

高橋 一平（滋賀県・安曇川） ２年　競技年数（２年）

S115kg　C&J152kg　T267kg

〈優勝の感想〉優勝できてとても嬉しいですが、ジャークの３回目を成功出来なくて残念です。自分がここまでこれたのは、先生方のご指導やチームメイトのサポートなどのおかげなので、感謝の気持ちを忘れずにこれからも練習にはげみたい。

〈自己ベスト〉S115,C&J152,BSq217.5,FSq185,DL200,HS100,HC132.5

〈目標〉インターハイ、国体優勝、高校新記録

男子 +105Kg級 優勝

長谷川　康（神奈川県・神田） ２年　競技年数（２年）

S125kg　C&J155kg　T280kg

〈優勝の感想〉失敗したのがくやしいですが、優勝できたのは嬉しいです。

〈自己ベスト〉 S125,C&J160,BSq210,FSq170,DL190,HS105,HC151

〈目標〉失敗を無くし、高校新記録を出す！！

会報１号からの歩み

はじめに、第１号が昭和４７年に発刊され、おかげさまで第１００号を迎える事ができました。これもひとえに、ウエイトリフティングの読者の皆さんと、協会関係者、編集員の努力の賜物であります。

今後も、皆さんのニーズに応え、協会側の発信拠点として、更なる努力を積んでまいります。

今回抜粋ではありますが、先輩方が歩んでこられた奇蹟を１０号ごとに抜粋し掲載してみました。

・ ＮＯ１からＮＯ４４までＢ５版の表紙
・ ＮＯ４５からＮＯ７７までＢ５版の写真表紙
・ ＮＯ７８からＮＯ８５までＡ４版の写真表紙
・ ＮＯ８６からＮＯ８７までＡ４版のカラー写真表紙
・ ＮＯ８８からＮＯ９９までＡ４版の白黒写真表紙

年鑑は昭和５６年度から平成１１年度までＢ５版、平成１２年度から現在までＡ４版サイズ

第１号	１９７１年	昭和４６年	３０
第１０号	１９７７年	昭和５２年	３２
第２０号	１９８０年	昭和５５年	３４
第３１号	１９８２年	昭和５７年	３６
第４０号	１９８８年	昭和６３年	４５
第５１号	１９９２年	平成０４年	４７
第６０号	１９９４年	平成０６年	４９
第７０号	１９９８年	平成１０年	５１
第８０号	２００１年	平成１３年	５４
第９０号	２００４年	平成１６年	６０

ウエイトリフティング

No. 1

JWA保管用
室外持ち出し厳禁

WEIGHT LIFTING EQUIPMENT

Diamond

日本ウェイトリフティング協会認定品指定工場

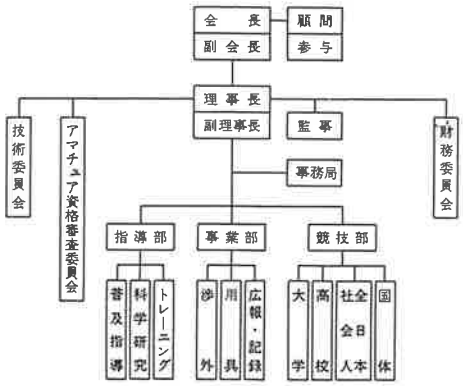
国際規格公認バーベル、プラットフォーム、電気例定器
重量、記録掲示器、審判台その他競技用施設用具金属製作、
ウェイトトレーニング及びサーキットトレーニング用施設装置、
ダムベル、ラック、ベンチ類各種、チェストウェイト、
ラットマシン、リストロール、リストマシン、
ローマンチェアー、プレスマシン、ハック及びカーフマシン、
レッグカールマシン、ローウェックス、バイスクール
トレーナー、吊帯、吊鎖、懸垂器、鉄棒、その他
トレーニング用附属器具全般製作

U.K 上坂鉄工所 東京都墨田区本所四丁目28～8号
TEL.東京 (622)8171・8096・1758代表

東京都渋谷区神南1－1－1 日本ウエイトリフティング協会 編集兼発行人 野中 義治
定価100円 送料別

日本ウエイトリフティング協会
Japan Weightlifting Association

協会組織図



お願い

この会報ははかでもない，われわれのものです。みんなの力ですばらしいものを作り出していこうではありませんか。リフターは勿論，バーベルに愛着を持つ人たちの積極的な参加を望みます。

意見，要望，質疑，なんでも結構です。ウエイトリフティングに関することを下記宛お寄せ下さい。

東京都渋谷区神南1－1－1
日本ウエイトリフティング協会事務局
（安藤かほる，森久子）
TEL 東京(03)466—0916（直通）
467—3111 内線 375

活動面の協会組織は図表に示した通りですが，日本ウエイトリフティング協会は各都道府県協会と学連を単位として構成されています。

協会登録者（役員・選手）の直接の連絡先は所属する都道府県協会，学連というわけです。会報外の用件はいきなり日本協会に持ち込まず，当該協会を通してほしいと思います。一見まわりくどいようですがその方が協会活動がより強固になるはずです。

一例として選手役員の資格をとる登録方法をとりあげてみますと，選手登録，役員登録，役員登録はいずれも登録者が日本協会に直接申込むのではなく，各所属する都道府県協会あるいは学連に登録することによって自動的に日本協会のメンバーになることが出来るわけです。

登録について

1. 選手登録，役員登録とも一度登録すればいつ迄も継続するのではなく，その年度限りであることをお忘れなく。

各年度中に登録しなければ資格はありません。とくに審判資格保持者も選手，役員登録が必要で，この登録を3年間怠たると審判資格を失いますから御注意下さい。

2. 登録時期は随意ですが，各競技会によって登録期限があり（国体は4月30日がしめ切り）その競技会に間に合う様なるべく早く。
3. 登録料は選手登録600円，役員登録1,000円（年間）
4. 登録申込用紙は各都道府県協会，学連にもありますが，念のため随時会報にもはさみこみます。

各都道府県協会，学連（全日本学生連盟）各事務局の所在地は日本協会主要役員名簿とともにこの会報に毎号掲載します。

最新競技規則書（23頁）は日本協会にあります。必要とされる方は送料共1部115円同封の上日本協会事務局まで。

巻頭言

日本ウエイトリフティング協会
会長 西川正一

情報化時代といわれる現代社会において，情報の必要性はスポーツ界においても例外ではない。とくにわれわれの種目のような記録競技にあっては，遠く東西をへだてて相まみえることができなくても，その競技情報を活用することによって，互の力と技を競うことが出来るのである。

現在では高知県を除く全部道府県に支部協会があり，その管下の各地において毎年数千に及ぶリフターが，それぞれの競技会，記録会に参加し数多くの記録を生みだしているのであるが，考えてみるとそのエネルギーは本当に素晴しいものがあり，またその力と熱とが今日の日本ウエイトリフティング界を支えているといっても過言ではない。

それにもかかわらず，今までこれらの競技情報を交流するための全国的な媒体がなかったということは，非常に残念なことであり，且申し訳ない次第であった。

然しこのたびこの小誌「ウエイトリフティング」によって，そのきっかけが出来たことは，斯界発展のため大いに意義のあることと思っている。

この「ウエイトリフティング」が単に競技記録の集積のみとどまることなく，広く全国的な情報交流の場となり，更には斯界の親睦と友好の庭ともなるようにこれを育てていきたい。

発刊の辞

副会長 井口幸男

ふりかえってみると，夢のように過ぎ去った35年，新興スポーツとの呼び名もいつの間にか蒸発してしまった。重量挙といえばオリンピックにつながり，続いて出る言葉に三宅選手のゴールドメダルである。そして又，時には世間をトラブルで騒がし，いろいろと批判，非難をうけることもあったが，ことあることに真の愛好者の協力により，一歩一歩と苦難を乗り越え前向きの姿勢で築きあげてきたことは誰しも認めぬわけにはゆかないであろう。この時に当り協会として協会誌を発刊して宣伝，親睦，連絡，消息，啓蒙，研究をはかるということは誠に期を得たものと思う。

バレーボール，ハンドボール，射撃，柔道等を数多くの競技種目にみるように，根強い基盤の上にたつならば，読者の協力を得るならば，執筆者にはこと欠かぬ協会であり，途中において挫折することなく充実した月刊となり得ることを期待して発刊の辞とする。

ウエイトリフティング

目次

No. 1
DEC., 1971

巻頭言……西川正一……1
発刊の辞……井口幸男……1
日本記録……2
高校記録……3
世界記録……4
ジュニア世界記録……5
45年全日本十傑表……6
同世界ランキング……8
オールタイムランキング……11
第6回日韓親善競技会……23
第17回全日本大学対抗（団体戦）……24
第31回全日本選手権……28
第18回インターハイ……31
第25回世界選手権……38
役員住所録……43
加盟団体名簿……44
さあがんばろう……野中義治……46
編集後記・次号予告・お知らせ……48

公認記録

日本記録，高校記録は年二回に分けて公認される。（前期1月1日付け＝前年の12月31日までに樹立されたもの，後期＝9月1日付け＝8月31日までに樹立されたもの）

世界記録，同ジュニア記録は日本の場合と違い，樹立のつど公認される。ただし，FHI（国際ウェイトリフティング連盟）事務局発行の会報が加盟各国に届いた時点を基準とするから数週間のずれが生じる。

日本記録

46年9月1日現在　後期公認　☆は世界記録

級	種目	記録	氏名	所属	年月日	大会名
フライ	プレス	105	堀越　武	青木重起	45. 7. 3	第30回全日本選手権
	スナッチ	☆102.5	堀越　武	青木重起	46. 5.30	第6回日・韓親善大会
	ジャーク	122.5	堀越　武	青木重起	44. 5.11	第4回日・韓親善大会
	トータル	325	堀越　武	青木重起	45. 7. 3	第30回全日本選手権
バンタム	プレス	115	安藤　隊吉	岐阜	44.10.27	第24回国体
	スナッチ	☆113.5	三木　功司	中大	43.11.15	第14回全日本学生選手権
	ジャーク	137.5	一ノ関史郎	秋田	38.10.29	第18回国体
	トータル	365	安藤　隊吉	日大	45.11. 8	第6回アジア大会代表選考会
フェザー	プレス	130	安藤　隊吉	日大	45. 7. 4	第30回全日本選手権
	スナッチ	☆125.5	三宅　義信	埼玉	44.10.28	第24回国体
	ジャーク	153	三宅　義信	埼玉	44.10.28	第24回国体
	トータル	☆400	三宅　義信	埼玉	44.10.28	第24回国体
ライト	プレス	140	小野　拓弥	岐阜	45.11. 8	第6回アジア大会代表選考会
	スナッチ	130	中田　高広	中京大	45. 5.23	第10回西日本学生選手権
	ジャーク	165	木村　岳夫	安田生命	42. 6.10	第4回全日本社会人選手権
	トータル	422.5	加藤　正雄	中京大	46. 7.24	第31回全日本選手権
ミドル	プレス	150	八田　信之	北海道	45.10.13	第25回国体
	スナッチ	☆145	大内　仁	警視庁	42. 6.18	第2回日・韓親善大会
	ジャーク	172.5	角南　保	明大	45.11. 8	第6回アジア大会代表選考会
	トータル	485	大内　仁	警視庁	42.10.18	メキシコプレオリンピック
ライト・ヘビー	プレス	162.5	大内　仁	警視庁	43. 5. 4	第5回全日本社会人選手権
	スナッチ	152.5	大内　仁	警視庁	44. 9.25	第23回世界選手権
	ジャーク	180	角南　保	名古屋鉄道	46. 7.11	愛知県国体予選会
	トータル	487.5	大内　仁	警視庁	44. 9.25	第23回世界選手権
ミドル・ヘビー	プレス	160	後藤　良一	中大	46. 8.21	福島県総合体育大会
	スナッチ	145	大内　仁	東京	44.10.30	第24回国体
	ジャーク	185	継岡　正章	自衛隊	43. 7.16	第28回全日本選手権
	トータル	480	大内　仁	東京	45.10.14	第25回国体
ヘビー	プレス	157.5	岩崎　雄二	大商大	45.12. 6	第18回関西学生選手権
	スナッチ	135	継岡　正章	徳島	40.10.29	第20回国体
	ジャーク	182.5	継岡　正章	自衛隊	45. 5. 5	第7回全日本社会人選手権
	トータル	465	継岡　正章	自衛隊	45. 5.24	第5回日・韓親善大会

日本高校記録

46年9月1日現在　後期公認

級	種目	記録	氏名	所属	年月日	大会名
フライ	プレス	92.5	平沢　清志	藤岡工（群馬）	42.11.23	前橋市民体育大会
	スナッチ	95	今村　実	鎮西（熊本）	41.10.24	第21回国体
	ジャーク	122	今村　実	鎮西（熊本）	41.10.24	第21回国体
	トータル	295	今村　実	鎮西（熊本）	41.10.24	第21回国体
バンタム	プレス	110	安藤　隊吉	土岐（岐阜）	43. 7.29	第15回全国高校選手権
	スナッチ	100	小松　丈支	平工（福島）	39. 7.31	第11回全国高校選手権
	ジャーク	130	安藤　隊吉	土岐（岐阜）	43. 5.26	東海四県選手権
	トータル	332.5	安藤　隊吉	土岐（岐阜）	43. 5.26	東海四県選手権
フェザー	プレス	112.5	安藤　隊吉	土岐（岐阜）	43. 4.21	岐阜県高校春季大会
	スナッチ	110	舘田　孝夫	大館南（秋田）	43.11. 3	第13回秋田選手県
	ジャーク	142.5	舘田　順一	大館桂城（秋田）	40.10.25	第20回国体
	トータル	362.5	舘田　順一	大館桂城（秋田）	40.10.25	第20回国体
ライト	プレス	123	小野　拓策	土岐商（岐阜）	40. 6. 6	第13回岐阜県高校総合体育大会
	スナッチ	115	小島　隆政	土岐商（岐阜）	41. 5.22	東濃地区高校新人戦
	ジャーク	150	舘田　順一	大館桂城（秋田）	41. 3.27	第10回秋田県選手権
	トータル	375	舘田　順一	大館桂城（秋田）	41. 3.27	第10回秋田県選手権
ミドル	プレス	120	角南　照男	倉敷工（岡山）	39.11.29	岡山県秋季選手権
	スナッチ	120	藤代　末男	武庫工（兵庫）	43. 2.25	第2回阪神地区高校選手権
	ジャーク	150	後藤　良一	内郷（福島）	41.11.13	第15回福島県新人戦
	トータル	380	三石　悦雄	習志野（千葉）	43. 3.23	東京都高校春季大会
ライト・ヘビー	プレス	120	後藤長三郎	能代工（秋田）	40. 3.21	第9回秋田県選手権
	スナッチ	122.5	三石　悦雄	習志野（千葉）	42.11.26	第5回東京都高校秋季大会
	ジャーク	147.5	大内　武	小名浜水産（福島）	40.10.25	第20回国体
	トータル	387.5	三石　悦雄	習志野（千葉）	42.11.26	第5回東京都高校秋季大会
ミドル・ヘビー	プレス	110	甲田　豊	日大（神奈川）	45.11.21	第3回関東高校選手権
	スナッチ	102.5	甲田　豊	日大（神奈川）	45.11.21	第3回関東高校選手権
	ジャーク	135	甲田　豊	日大（神奈川）	45.11.21	第3回関東高校選手権
	トータル	347.5	甲田　豊	日大（神奈川）	45.11.21	第3回関東高校選手権

ソ連の有力コーチ来日！

ソ連ウェイトリフティング協会のナショナルチームヘッドコーチであるメドベデフ氏（MR. ALEKSEI SIDOROVICH MEDVEDEV）＝44才＝が日本協会との技術交流のため，来日することになりました。

選手強化に熱心なソ連側から積極的に希望されていたものを在京理事会（11月17日）で受け入れに決定したものです。

来年のミュンヘン・オリンピックに備えて，ソ連ウエイトリフティング界をリードする強国ソ連の指導陣第1人者を日本に迎えることは，絶好の機会であると思います。

同コーチは12月16日来日し，約20日間滞在，その間協会関係者や選手の練習ぶりを視察する予定ですが日本協会としてもトレーニング・システム，指導方法等大いに意見交換し，強化の資料にするつもりです。

世界記録

46年10月1日現在

級	種目	記録	氏名	国名	年月日	場所
フライ	プレス	115	A. Gnatov グナトフ	ソ連	46. 7.16	モスクワ
	スナッチ	102.5	堀越　武	日本	46. 5.30	札幌
	ジャーク	130	V. Krishchishin クリシュチシン	ソ連	45. 6.20	ソンバトヘイ
	トータル	340	V. Krishchishin クリシュチシン	ソ連	45. 6.20	ソンバトヘイ
バンタム	プレス	126	S. Holczreiter ホルツライター	ハンガリー	46. 5.14	ブダペスト
	スナッチ	113.5	三木功司	日本	43.11.15	大阪
	ジャーク	160	M. Nassiri ナシリ	イラン	43.10.13	メキシコ市
	トータル	375	G. Chetin チェチン	ソ連	46. 6.17	モスクワ
フェザー	プレス	137	I. Földi フェルディ	ハンガリー	46. 3.11	ロストフナダヌー
	スナッチ	125.5	三宅義信	日本	44.10.28	松浦
	ジャーク	153.5	D. Shanidze シャニーゼ	ソ連	46. 3.11	ロストフナダヌー
	トータル	400	三宅義信	日本	44.10.28	松浦
ライト	プレス	152.5	V. Drexler ドレクスラー	ソ連	46. 7.19	モスクワ
	スナッチ	137.5	W. Baszanowski バシャノウスキ	ポーランド	46. 4.23	ルブリン
	ジャーク	173.5	P. Korol コロル	ソ連	46. 6.22	ソフィア
	トータル	450	W. Baszanowski バシャノウスキ	ポーランド	46. 6.22	ソフィア
ミドル	プレス	163	A. Kolotkov コロトコフ	ソ連	46. 5.31	バルクハシ
	スナッチ	145	大内　仁	日本	42. 6.18	湯布院
	ジャーク	187.5	V. Kurentsov クレンツォフ	ソ連	43. 9.16	メキシコ市
	トータル	462.5	V. Kurentsov クレンツォフ	ソ連	43. 8.31	ダブナ
ライト・ヘビー	プレス	176	H. Bettembourg ベッテンボルグ	スウェーデン	45. 8.21	ファルン
	スナッチ	153	G. Ivanchenko イバンチェンコ	ソ連	46. 2.14	パリ
	ジャーク	193	B. Pavlov パブロフ	ソ連	46. 6. 8	ボドロスク
	トータル	507.5	B. Pavlov パブロフ	ソ連	45.10.11	ハリコフ
ミドル・ヘビー	プレス	193	H. Bettembourg ベッテンボルグ	スウェーデン	46. 4.18	ファルン
	スナッチ	185	D. Rigert リゲルト	ソ連	46. 7.22	モスクワ
	ジャーク	205.5	D. Rigert リゲルト	ソ連	46. 7.22	モスクワ
	トータル	545	D. Rigert リゲルト	ソ連	46. 4.17	タガンログ
ヘビー	プレス	204	Y. Kozin コージン	ソ連	46. 7.23	モスクワ
	スナッチ	170	P. Pervushin ペルブーシン	ソ連	46. 7.23	モスクワ
	ジャーク	215	Y. Talts タルツ	ソ連	45. 6.27	ソンバトヘイ
	トータル	567.5	V. Yakubovsky ヤクボフスキー	ソ連	46. 4.25	モスクワ
スーパー・ヘビー	プレス	230	V. Alexeev アレクセーエフ	ソ連	46. 9.26	リマ
	スナッチ	180	V. Alexeev アレクセーエフ	ソ連	46. 7.24	モスクワ
	ジャーク	235.5	V. Alexeev アレクセーエフ	ソ連	46. 9.26	リマ
	トータル	640	V. Alexeev アレクセーエフ	ソ連	46. 7.24	モスクワ

ジュニア世界記録

46年10月1日現在

級	種目	記録	氏名	国名	年月日	場所
フライ	プレス	97.5	G. Vasil バージル	豪州	44.11.29	シドニー
	スナッチ	100	三木功司	日本	41. 8.19	湯布院
	ジャーク	122	今村　実	日本	41.10.24	湯布院
	トータル	305	佐々木哲英	日本	40. 6. 6	東京
バンタム	プレス	116	安藤隊吉	日本	44.10.27	松浦
	スナッチ	108.5	平井一正	日本	44.10.27	松浦
	ジャーク	137.5	一ノ関史郎	日本	38.10.29	下関
	トータル	357.5	安藤隊吉	日本	45. 3.15	ミンスク
フェザー	プレス	125	安藤隊吉	日本	45. 4.16	東京
	スナッチ	118	加藤正雄	日本	44. 9.22	ワルシャワ
	ジャーク	150	加藤正雄	日本	44. 7. 5	秋田
	トータル	380	安藤隊吉	日本	45. 4.16	東京
ライト	プレス	140	N. Dehnavi デナビ	イラン	44. 9.23	ワルシャワ
	スナッチ	125	M. Trabulsi トラバルシ	レバノン	44. 9.23	ワルシャワ
	ジャーク	162.5	加藤正雄	日本	44.12. 7	名古屋
	トータル	425	N. Dehnavi デナビ	イラン	45. 7.11	ラザーイェー
ミドル	プレス	155.5	A. Galkin ガルキン	ソ連	45. 8.11	パッドブランケンブルク
	スナッチ	140	M. Trabulsi トラバルシ	レバノン	45. 9.16	コロンバス
	ジャーク	175	A. Galkin ガルキン	ソ連	46. 7.20	モスクワ
	トータル	455	A. Galkin ガルキン	ソ連	46. 7.20	モスクワ
ライト・ヘビー	プレス	150.5	F. Naniev ナニエフ	ソ連	45. 8.21	パッドブランケンブルグ
	スナッチ	140	R. Dorrzapf ドルザプト	西ドイツ	43.10.17	メキシコ
	ジャーク	177.5	P. Holbrook ホルブルック	米国	43. 5.18	ミルウオーキ
	トータル	455	A. Shopov ショポフ	ブルガリア	45. 9.17	コロンバス
ミドル・ヘビー	プレス	175	A. Shopov ショポフ	ブルガリア	46. 9.24	リマ
	スナッチ	147.5	R. Dorrzapf ドルザプト	西ドイツ	45. 2.14	ミュースタッド
	ジャーク	195	A. Shopov ショポフ	ブルガリア	46. 6.25	ソフィア
	トータル	512.5	A. Shopov ショポフ	ブルガリア	46. 6.25	ソフィア
ヘビー	プレス	192.5	A. Kraichev クライチェフ	ブルガリア	46. 6.26	ソフィア
	スナッチ	160.5	A. Kraichev クライチェフ	ブルガリア	46. 6.26	ソフィア
	ジャーク	205	A. Kraichev クライチェフ	ブルガリア	46. 6.26	ソフィア
	トータル	557.5	A. Kraichev クライチェフ	ブルガリア	46. 6.26	ソフィア
スーパー・ヘビー	プレス	200.5	R. Mang マンク	西ドイツ	45. 1. 3	ベレンベルク
	スナッチ	160.5	R. Mang マンク	西ドイツ	45. 1. 3	ベレンベルク
	ジャーク	212	G. BonK ボンク	東ドイツ	46. 7. 3	カールマルクルシュタット
	トータル	570	R. Mang マンク	西ドイツ	45. 1. 3	ベレンベルク

(社)日本ウエイトリフティング協会
Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング

10号記念誌 No.10

(社) 日本ウエイトリフティング協会会報

WINTER 1977

JWA保管用
室外持ち出し厳禁

ウエイトリフティング

10号記念誌 WINTER, 1977

協会長 西川正一

巻頭言

機関誌の重要性

情報文化の発展は，いよいよスピード代して参りました。ウエイトリフティング競技の国内ニュースはもとより，世界のニュースも手に取るように報導されております。しかしそれらを系統的に整理したり，分析し，保存しやすいようにまとめることは容易ではありません。

さらに重要なことは，協会の動きや情況を全国の皆さんに正確にお知らせし，皆さんの声も聞き，それを通してお互の親交を増すことでございます。ともすると協会の在り方が誤って伝えられ，皆さんに御迷惑をかけるようなことがあるかもわかりません。そのようなことを防ぎ，信頼できる報導をするのが，この機関誌でございます。

お蔭様で機関誌の使命を果しつゝ回を重ねること十回記念すべき第十号の発刊の運びに至りました。御同慶の至りでございます。

申すまでもなくこの機関誌は私どものものでありますみんなでもり上げることによって内容も充実したものになり協会発展の大きな力になると思います。

編集員各位の努力を望むとともに機関誌としての使命を充分果たし，本競技がますます発展されんことを希ってやみません。

目次

インターハイ入賞リフターの調査について (工藤寿一) … 2
ウエイトリフティング (A.メデベーデェフ著) …… 15
昭和51年度主要日程表 …… 19
昭和51年度国際交流事業計画 …… 20
大会記録
1975年世界選手権大会 …… 22
第12回社会人選手権大会 …… 28
第12回社会人団体選手権大会 …… 32
第3回実業団対抗選手権大会 …… 33
第30回国民体育大会 …… 34
第1回アジア選手権大会 …… 42
第36回全日本選手権大会 …… 45
第16回西日本学生選手権 …… 47
第6回全日本学生東西対抗 …… 48
第2回ジュニア世界選手権大会 …… 49
モントリオールオリンピック …… 55
第23回全国高校ウエイトリフティング競技選手権大会 …… 63
〃 学校対抗得点表 …… 66
青森県ウエイトリフティング協活動状況及び支部だより … 68
躍進を祈念す (熊谷真一郎) …… 69

インターハイ入賞リフターの諸調査について (禁無断転載)

日本ウェイトリフティング協会
スポーツドクター 工藤寿一

はじめに

8月2日から5日迄，長野県豊科町で昭和51年度全国高等学校総合体育大会ウェイトリフティング競技選手権大会が高松宮殿下賜旗のもとに開催されたが，その開催前日の大会役員の会合で，高校生リフターの健康傷害や今回のモントリオール・オリンピック大会での日本選手の活躍と4年後のモスクワ大会にそなえる為には如何したらよいか，今回のインターハイ出場選手の中からモスクワ代表選手が出るのでは，……等が話題となり，その一環として今回のインターハイ選手の健康状態を調査し，如何なる体形の選手がリフターとしてのぞましいか，など一応出来る範囲で調査してみようと衆議一致して2日の競技終了直後から入賞者のみについて調査を開始することが決定した。

この調査は準備が前日の夜からのため全く不充分で，かつ各級入賞8名だけのため結果をまとめる段階で，あれもやっていたら，これも調査したら，と後悔していますが，今後の正確な調査実施の叩台になれば幸いと思い，あえて此処に発表する次第です。

調査の方法

各級の表彰式終了と同時に，1位から8位迄の入賞者を別室に集め，身体計測と日常生活状態聴取を行なった。

1. 平常時の体重の聴取
2. 〃 身長の 〃
3. 下肢長の実測
4. 胸囲の 〃
5. 腹囲の 〃
6. 握力の 〃
7. 背筋力の〃
8. 肩関節後方挙上時の抵抗性の有無の検査
9. 腰痛・膝関節痛の有無の聴取
10. 日常の生活調査として
  イ．起床時間
  ロ．睡眠〃〃
  ハ．朝・昼・夕食の時刻
  ニ．食事の内容と好きな食物，嫌な食物，間食の有無
  ホ，小学時代に行ったスポーツの種類
  へ．中学時代に行ったスポーツの種類
  ト．重挙上を開始した年月
  チ．現在の練習時間
  リ．その他
11. 本試合に際しての減量の有無とその方法

以上の調査のほか，1位から3位迄の入賞者は翌朝，豊科赤十字病院に依頼して腰椎のレントゲン2方向撮影を行なった。

調査の結果

表1は各級1～8位入賞者の身体諸計測価と今大会での成績を一覧表にしたものです。

このうち身長は各選手の申告により，平均体重は試合のための減量とか増量をしてない平常時の体重，下肢〔I〕は整形外科学上の下肢長測定方法である脛骨内顆から腸骨前上棘までの距離，下肢〔II〕は脛骨内顆から寛骨臼下端までの距離，上肢は整形外科学上の上肢長測定方法である肩峰端から橈骨茎状突起までの距離，胸囲は乳部で，腹囲は臍の高さで計測し，両足最大外転距離とは立位で両足が左右にどの位開くかの最大距離である。

検量体重とは今回の試合での正式検量時体重を云う。また増量とか減量の項の十一は，十が増量で一が減量を表はし，例えば＋3.1とは検量パスのために3.1kg増量したことを意味し，－1.7とは検量パスのために1.7kg減量した意味です。骨盤高とは解剖学上とか整形外科学上の正確な骨盤高ではないが〔下肢II〕－〔下肢I〕を見掛上の骨盤高として此処に記載した，上半身も正確なものでなく身長－下肢IIで表わした，肩関節の抵抗性とは肩関節後方挙上，肘関節90°屈曲位で，前腕を背上方に他動的に挙上する時の抵抗の有無で抵抗のあるのを十，ないのを一で表わした。

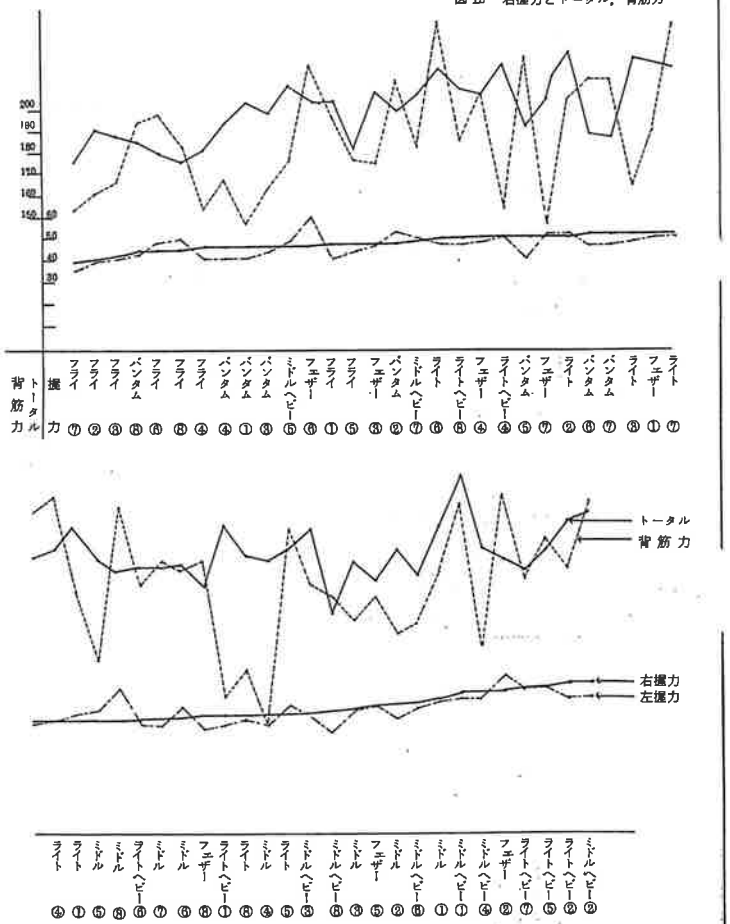
1.身体諸計測について

各級別に身長，下肢長I・II，上肢長，胸囲，腹囲，首囲，両足最大外転距離，握力，背筋力，平常時体重の平均価を表したのが表2と表3である。

(表1) 級別の身体諸計測価，成績・肩関節抵抗性一覧表

級	順位	氏名	学年	身長	平均体重	下肢(I)	下肢(II)	上肢	胸囲	腹囲	首囲	両外足転最大距離	右握力	左握力	背筋力	検量体重	増量・減量	骨盤高	握力R+L	上半身	本大会での成績 スナッチ	ジャーク	トータル	肩関節抵抗の性
フライ級	1位	真鍋	3	152	[illegible]	[illegible]	72	46	[illegible]	[illegible]	34	155	[illegible]	[illegible]	195	515	0	[illegible]	[illegible]	94	925	[illegible]	2025	−
	2位	上田	3	160	53	62	76	46	90	62	33	150	[illegible]	[illegible]	160	516	0	14	[illegible]	91	85	[illegible]	190	−
	3位	近藤	3	152	54	[illegible]	[illegible]	49	81	64	34	160	[illegible]	[illegible]	165	512	0	[illegible]	[illegible]	96	85	[illegible]	187	−
	4位	三軒	3	161	52	62	[illegible]	41	[illegible]	62	32	155	45	40	152	52	0	7	85	99	825	975	180	−
	5位	鳴海	3	163	53	65	82	49	79	62	34	150	[illegible]	43	175	513	−17	17	[illegible]	96	750	[illegible]	160	−
	6位	横沢	3	161	57	62	71	46	85	67	35	140	44	41	197	510	−50	17	92	104	825	[illegible]	180	+
	7位	高以良	3	150	555	63	73	46	84	64	33	160	[illegible]	35	153	506	−49	15	74	95	75	[illegible]	175	+
	8位	山口	3	165	51	[illegible]	[illegible]	53	79	58	33	160	[illegible]	43	182	507	0	[illegible]	93	91	75	[illegible]	175	−
バンタム級	1位	本間	3	168	545	70	75	50	[illegible]	67	35	145	45	40	143	559	−36	5	85	98	90	1125	2025	+
	2位	福島	3	165	503	64	[illegible]	50	[illegible]	[illegible]	34	162	46	52	232	553	−40	16	98	101	875	110	1915	−
	3位	新井	3	158	60	60	77	47	84	67	37	145	45	43	163	559	−41	17	[illegible]	96	815	110	1975	−
	4位	新城	3	150	545	57	75	47	[illegible]	67	35	145	45	40	167	552	−33	18	85	102	90	1025	1925	+
	5位	紙谷	3	173	50	71	75	48	[illegible]	62	34	155	49	29	224	554	−30	4	[illegible]	102	85	105	190	−
	6位	介川	3	148	58	66	83	51	[illegible]	64	35	170	[illegible]	45	213	556	−30	17	95	102	80	107	1875	−
	7位	柏木	3	163	51	65	78	48	85	63	33	165	58	45	210	556	−24	13	95	98	85	100	185	−
	8位	成田	3	162	60	70	81	50	[illegible]	68	35	155	[illegible]	42	193	557	−43	11	88	92	825	102	185	+
フェザー級	1位	武井	3	160	62	64	77	52	[illegible]	[illegible]	36	160	58	49	189	60	−20	13	99	102	95	125	220	−
	2位	山口	3	170	62	70	83	49	85	69	33	180	63	71	246	59	−10	12	134	100	925	1125	215	−
	3位	島崎	3	162	59	66	73	50	86	70	35	170	46	46	173	587	−43	7	92	96	875	120	2075	−
	4位	山口	3	160	62	65	82	47	86	70	35	170	48	47	206	585	−25	16	95	102	90	115	205	+
	5位	周須	3	169	62	68	86	49	85	69	35	135	56	57	198	587	−23	18	113	97	85	120	205	+
	6位	古川	3	160	61	67	82	45	82	69	34	160	45	59	220	595	−15	4	104	99	925	110	2025	+
	7位	木村	3	164	64	65	80	47	87	70	35	160	49	50	145	590	−42	15	99	99	925	110	2025	−
	8位	阿部	3	169	64	67	76	49	87	72	34	160	52	48	215	60	−40	9	91	102	875	115	2025	+
ライト級	1位	上	3	171	69	65	87	54	92	78	38	150	58	54	200	[illegible]	−38	22	104	[illegible]	105	130	235	−
	2位	荒樹	3	163	65	62	82	52	90	79	39	160	49	52	203	643	−07	20	101	101	975	1275	2250	−
	3位	吉田	3	177	70	68	87	55	90	78	36	160	58	46	162	665	−35	18	96	100	1025	120	2225	−
	4位	坂田	3	167	63	62	82	49	88	80	39	180	58	50	245	627	−03	28	100	105	95	125	220	−
	5位	宮城	3	168	68	64	87	51	92	72	37	160	53	57	230	655	−25	22	110	104	95	125	220	+
	6位	野	3	167	65	58	82	52	90	74	38	170	48	46	240	645	−05	14	94	99	975	130	2125	−
	7位	見山	3	176	68	69	90	53	93	75	38	170	58	49	230	652	−20	21	99	101	975	130	2115	−
	8位	辻元	3	167	67	70	88	50	90	76	38	160	52	51	165	669	−41	21	103	103	975	120	2125	−
ミドル級	1位	江守	3	173	74	68	90	55	91	80	38	160	[illegible]	[illegible]	210	714	−26	22	119	105	105	125	230	−
	2位	菅野	3	165	68	65	84	54	93	85	38	150	57	51	180	68	0	19	108	100	95	125	220	−
	3位	宮内	3	176	68	69	90	53	90	71	36	170	55	55	187	683	0	21	110	101	925	1225	215	−
	4位	小田島	3	170	70	67	85	55	92	78	40	160	53	48	135	706	0	18	101	103	95	120	215	−
	5位	山脇	3	163	72	66	82	51	94	78	38	170	50	55	167	721	0	16	105	97	95	120	215	−
	6位	鈴木	3	174		72	94	55	89	75	37	170	[illegible]	56	210			22	107	103	925	120	2125	−
	7位	五味	3	163	77	63	88	51	101	85	39	160	[illegible]	49	215	742	−28	17	100	108	95	1115	2125	+
	8位	阿部	3	170	74	74	93	55	94	79	38	150	56	65	240	729	−31	19	115	102	95	115	210	−
ライト・ヘビー級	1位	小島	3	171	72	68	81	50	[illegible]	72	37	170	57	48	157	751	+31	13	100	98	1025	130	2325	−
	2位	平野	3	176	81	54	82	70	[illegible]	78	37	180	67	60	210	8025	0	12	137	94	105	1275	2325	−
	3位	三谷																			105	1175	2225	
	4位	小林	3	168	79	75	89	70	96	825	39	150	48	40	150	7795	0	14	97	79	925	1275	220	+
	5位	山崎	2	174	81	765	105	57	[illegible]	81	405	150	65	45	235	81	0	10	110	855	95	125	220	−
	6位	具山	2	173	73	752	87	57	92	82	37	160	51	42	204	751	+21	115	94	85	95	1175	2125	−
	7位	川島	3	175	80	75	99	50	965	825	385	160	65	65	205	794	−06	14	130	76	95	115	210	−
	8位	古田	2	167	73	76	91	52	97	78	375	160	48	46	183	752	+33	15	94	76	90	1175	2075	−
ミドル・ヘビー級	1位	坂本	3	184	82	63	76	46	96	82	41	140	625	60	242	8335	0	12	1225	69	115	140	255	−
	2位	野口	3	172	92	70	78	52	[illegible]	[illegible]	40	155	675	605	243	891	−29	6	128	97	1075	130	2375	−
	3位	田之倉	3	180	850	74	82	51	97	87	39	160	535	525	204	[illegible]	0	6	106	[illegible]	100	130	230	−
	4位	小林	3	175	81	78	93	58	98	89	39	160	63	60	173	827	+17	11	123	83	95	125	220	+
	5位	古田	3	173	81	77	82	545	[illegible]	885	36	160	45	47	115	8255	+155	15	92	79	95	115	210	−
	6位	周方	3	176	92	76	875	69	[illegible]	92	45	165	58	56	185	8555	[illegible]	115	114	905	95	1125	2075	−
	7位	岩崎	3	173	85	76	90	125	[illegible]	905	375	150	47	40	180	85	[illegible]	14	96	83	90	115	205	−
	8位	金森	3	174	79	82	91	68	[illegible]	915	38	165	54	44	198	831	0	9	98	83	825	1075	190	−

図12　右握力とトータル，背筋力



ウエイトリフティング　（禁無断転載）

体育とスポーツ社　1971年発行

A．メデベーデェフ著　訳者　林　克　也

本書は，力を身をつけたいと願う農村地域初心者の解答書として，何から始めるべきか，いかに正しくトレーニングを組織化すべきか，正しい負荷の増量はどうすべきか，どんな用具を準備すべきかが記されている。

著者のメドベーデェフ氏は，ソ連の選手強化の最高責任者であり，私の知るところによれば，ローマオリンピック大会より昨年の世界選手権大会までの間，連続ヘッドコーチ（監督）をつとめ，ウエイトリフティング技術の研究論文で教育科学博士の称号を得ている。

目次を見ると，

1.序に代えて
2.ウエイトリフティング部のつくり方
3.クラブの運営について
4.亜鈴によるトレーニングの重要性
5.分銅によるトレーニング
6.古典（基本的）技術
7.階級制度の意義
8.初心者のためのトレーニング計画
9.日記の記帖法とトレーニング負荷の計算
10.柔軟運動と競技会参加
11.負傷とその予防
12.セルフコントロール

となっておりますが，ここでは，この順序に拘束されず，又，紙面の都合から必要部分のみ掲載したいと考えているので了解いただきたい。

Ⅰ．序に代えて

ウエイト・リフティング競技の如く，わが国民の歴史の中に，深く根をおろしていたものは他にない。ロシア人のこの競技に寄せる愛情と草敢と傾倒振りは，並々ならぬものがある。ウエイト・リフティングの世界的な大会が持たれ，その檜舞台で英雄的な偉業がなしとげられた度毎に，又，わが祖国の派遣したソビエットの選手たち——ユーリー・ウラソフ，レオニード・ヂャボチンスキー，ビクトル・クレンツォフ，ワシリー・コロトフ，ヤン・タルツ，ワシリー・アレクセーエフなど——が，圧勝をおさめ，奇跡的な記録を樹立した度毎に，スポーツ新聞や，スポーツ雑誌の編集部又は，選手権者の自宅には，わが国の青少年から何万という手紙が送られ，その何れにも同じことが記されていた。それは，どうしたら力持ちになれるか？，ソ連選手たちの栄光の道を繰り返すためには，どのようにウエイト・リフティングに取込んだらよいか？というものであった。

この膨大で，ほとんど途絶えることのない手紙の洪水は，ソビエト農村の若者からのものが多かった。それは当然といえば当然なことで，それには多くの原因があった。

ソビエト農村の良好な条件は，身体的な天賦の才能ある真の力持ちの誕出を促がしている。このことは，著名な2名のウエイト・リフター，レオニード・ジャボチンスキーとワシリー・アレクセーエフが共同農場所属村が派遣した選手あったことをあげれば，充分であろう。

2回，オリンピック選手権者となり，前世界選手権者前世界記録保持者であったレオニート・ジャボチンスキーは，自分の幼年時代を回想して次のように云っている

私は，ウスペンスカヤ・スムスカカヤの農村で生れた子供の時はみんな同じだ。朝から晩まで，村でボールを追いまわしたり，疲れることなく池の中で水しぶきをあげながら遊んだ。私の父——イワン・フィリッポビッチーは，良い農村の伝統に従がい，私に野良仕事をしこんだ。春から晩秋に至る間，私は家畜を放牧し，又は，乾草を運び，これを積みあげ，馬の群の中で働いた。昼の仕事にぐったりになると。強烈な香のする乾草の中に体を沈めた，そうすると，全身に力がみふれ出すのを感じた。あのころはよかった。冬は，友だちと一諸に小川でスケートを楽しみ時を過ごした。またある時，われわれ子供はかじ屋にみんなでおしかけ，鉄のスクラップの中から，116.38kgの重さの亜鈴を発見し，右手や左手でこの亜鈴を挙げて遊んだりした。翌日はみんな身体中激痛を感じるほど無中になった。やがて，遊び友達で一番の力持ちといわれた，ワニカを，生涯で最初のウエイトリフティング競技会優勝いうべき記念の勝利を得た。あたかも世界記録樹立したような誇らしい気持ちだった。

次に世界で初めて 600kg の限界を破ったワシリー・アクセーエフは，1942年リヤザンスカヤ州のボクロノ・シュシキノ村に生れ，数年後アルハンゲリスカヤ州に移った。小学校卒業後，材木置場の丸太材の運搬の作業に従事したことが，力をつける大きな基礎となっている。

上記のいずれもが，ソビエット農村が，多くの力と逞しさをもつ者の母体となっていることを証明している。

年毎に，ソビエット農村にスポーツは浸透した。今では国営農場なり集団農場の素晴らしいスタジアム，プール，球技や体操の体育館は，別に人を驚かすものではなくなった。農村地帯でも，各集団農場対抗競技会や全ソ農村競技会が定期的に持たれるようになった。体育の発達は，農村経済の生産の効率を高め，農村生活そのものを素晴らしく，興味あるものに変身させた。今では，全ソ競技会に農村出身者が進出するのは珍らしくなくなった。往時始めて農村出身スポーツマンが出場したのは，元世界記録保持者のＥギルコであった。最近では，ソビエット・エストニヤの農村青年連，“イウイウド”スポーツ団体の選手連，全ソ，全欧，世界選手権と世界記録保持者となったヤン・タルツ，世界選手権，世界記録保持者のＫ，ウツアール，ソ連最強のウエイトリフタＴ，クルグなどがめざましい活躍を示している。

農村で育ったスポーツ種目の中で，ウエイト・リフティング競技は，今日，最大の普及をとげたものである。完全な統計資料ではないが，農村でのウエイト・リフティング競技人口は，10万人を越すものとみなされている。又その数は，年毎に増加の一途をたどっている。これには，それなりの理由がある。ウエイトリフティング競技が簡単にでき，特別のスタジヤムやスポーツ宮殿を必要とせず，農村の一階建のクラブの一室とか，集団農場の管理部の古い建物でもでき，夏は戸外や林の中でもできるからである。各地の農村で，あの特徴あるバーベルの響き，そのリングに当る衝撃が遠く聞こえてくる。

今や，ウエイト・リフティングは農村でも一般的なものとなっているが，技術面では，まだまだ不充分であるそれで今のところ農村出身の力持ちが，大規模の全ソ競技に登場するのは，残念ながら少なく，例外的な場合に限られている。才能をもつものは多いが，選手権者や記録保持者となると少ない。

このような一見矛盾している現象の説明のために，直接私宛に送られた手紙や編集部から遥送された私あての手紙を引用してみよう。

私はクールスク州リゴスクス区イソリイッチの集団農場の運転手，18才のセルゲー・カルニチェフです。われわれ全員は，競技会出場に期待を胸にはずませております。われわれのところは，そのための良い場所がありま す。管理部は，そのため資金を出してくれ，それで亜鈴と分銅を購入し，また治金工場長は，素晴らしいバーベを贈ってくれました。しかし，われわれはいじる程度で，挙げ方がわかりません。コーチは居ないし，誰れもバーベルの挙げ方を知っていません。どうぞ御指導下さい。

技術習得の問題——これは，他のスポーツ同様，ウエイトリフティングでも，第一義的意義をもつものだが—これを密接なる関係をもつ，トレーニング組織化の方法は，クールスク集団農場の青少年者だけが悩んでいる問題ではなく，このことは，わが国の農村に住む何10万という若者の共通の問題である。

本書は，この様な若者のために書かれたものである。その目的は①集団農場，国営農場のウエイト・リフティング部におけるウエイトリフティングを自主的に編成し，②個々的なトレーニングに着手し③ウエイト・リフティング技術の諸基礎を初歩から詳しく研究し，④全ソ統一スポーツ等級制度第３級の実力に備えるよことをきずけようとするものである。

具体的な本論に入るに先だち，まだスポーツ種目の選択を行なっていない者，或いは，スポーツとは一切縁遠い農村青少年に一言云っておきたいことがある。

私の言いたいことは，ウエイト・リフティング競技に愛情をもち，それを規則的に実行に移せという言葉につきる。これは，素晴らしいスポーツである。この競技によって農村労働者の必要とする諸資質——つまり，力，持久力，計算の精徴さ，勇気，不屈の意志を含む多くの主要な資質が育成される。又これによって，よりよく己と自己の真の能力が認識され得る。この競技によって，生活は，楽しく，潤いの多いものとなる。ひいては競技への参加を誘い，常に自己完成の意識と新しい個人記録達成への努力が行われ，それは，何時の日にか，全ソ記録，世界記録になることも考えられる——を誘い出すものとなる。

私は本書で，トレーニング方法論（教授，学習法）について基本知識を脱くために努めた。また外に，一般的事項についての自分なりの考えによる重要ないくつかをあげておいた。

高級ウエイト・リフターとなるためのトレーニングでは，それがいかにはげしいものであっても，バーベルや亜鈴の２～３の練習では効果が少ない。成功を勝ちとるための最重要な条件の一つは，トレーニングの多様性である。自分のトレーニング・プログラムには，走，特くに跳（高跳び，３段跳び，その場幅跳び），水泳，スキーを入れるべきである。常時，泳いだり，バレーボール，卓球，バドミントンをしたり河や湖での漕艇の楽しみをとってはならない。以上の諸運動は，ウエイト・リフティング競技で，諸君の素晴らしい伴侶となる。

また，スポーツマンとしての道を選んだ以上，酒類，たばこ（どんな少量でも）は厳禁のこと。

諸君，もう一度アッピールを繰り返したい。諸君が，わがスポーツ軍の隊より，それも，力持ちより成る突撃隊員となってもらいたいことを望んでやまない。

現在のソ連のウエイト・リフターの会員は約30万人で90年余の歴史を経ている。1885年８月，ペラルブルグの医師Ｂ，Φ，クラエフスキーが，ロシヤ最初のクラブを作ったといわれている。1897年～1917年の間の革命前のロシヤでは，21回の全ロシヤ選手権大会と，1913年と1914年には，それぞれ，ロシヤ国内オリンピック大会（現在のスパラダキャード）で，ウエイト・リフティング競技が行なわれている。

ソ連国家の成立初期の1917年12月には，フェザー級のＡ，プハロフが，ソ連選手として初めての世界記録樹立者となる。1933年には，モスクワ体育大学，ウクライナ体育大学内にウエイト・リフティング・コーチ学校が開校されている。

第二次大戦後しばらくはアメリカと優勝の覇を争っていたが，現在アメリカは凋落し，ソ連は他国の追随を許していないことはご承知の通りである。著者のメデベーデェフ氏は，1971年12月突然日本を訪れ，日本大学と大阪商業大学の定期戦と厳寒の中の秋田県協会の強化合宿を見学していったのだが，その折，２冊の本を日本の選手の為に役立てて欲しいとの厚意があり，早い機会に，会に，実現したいと日頃心にかけがらついつい遅くなり今日に至ってしまったことを，皆様にお詫び申し上げます。二冊共，訳はほとんど完了し，整理するのみとなりました。参考までに他の一冊の内容は，彼が学位を取得したときの論文が，含まれており，日本の上級者のため、に大いに役立つものと確信しております。）

重いバーベルに
カールイ・マット＊

全身にフィットする
新しいマット
きびしい
ウエイトリフティング
の運動に欠かせない
マットです。
各種体育マット専門メーカー
ヌリタ(株)
大阪市南区日本橋筋２丁目４２
TEL　06—643—5454（代）
工場　岸和田・大阪・発送センター

(社) 日本ウエイトリフティング協会
Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング

No. 20

(社) 日本ウエイトリフティング協会会報

1980

ＪＷＡ保管用
室外持ち出し厳禁

1979年アジア選手権大会

(1) 開催に到るまでの経過

１９７６年４月，バンコクにおける第７回アジア選手権大会に併せて開催されたアジアウエイトリフティング連盟（ＡＷＦ）総会に於て，第８回標記大会をイラクが開催申請を提案し満場一致で承認された。同時に総会の総意として１９７９年同大会を日本で開催するよう要請された。これを受けて５１年度当協会理事会においてＡＷＦ総会要請であるアジア選手権大会を日本で開催する旨決定され，昨年８月開催する運びになった。しかし，５１年度理事会決定は見通しを持たない願望的決定のため，この間に発生した中東の国際的緊張及び財政問題等，いろいろ多岐にわたって問題が算積したが最終的に５４年度理事会の総点検時，参加国の問題についても誠意をつくした前向きの姿勢によって克服し，韓国人民共和国，インドネシア，イラン，イラク，レバノン，パキスタン，韓国，中国，シンガポール，タイ，日本の11ケ国，78選手の参加によって成功りに終了した。

(2) アジア連盟総会

東京における同大会は１９７８年バンコク市で開催されたアジア大会におけるＡＷＦ総会で，イラク連盟の提案によるイスラエル連盟の除名に関して３時間におよぶ激論の結果，イスラエル選手の参加について開催国の組織委員会に一任するという，きわめて重大な課題のもとに開催された。総会出席国は参加選手国国に加えてイスラエルの12ケ国であったが「イスラエルの出席者がイスラエルＷＬ連盟の宿任状を持ってない」という理由でイラク代表より退席を要求され，ＡＷＦ定款にもとずく議長の決裁によって退席のやむなきにいたった。この様に総会の雰囲からはらんを含んでいたが，以後は整然と進行された。総会議事録の要旨は以下の通りである。

尚，冒頭に故小宮山英成会長のご逝去を悼み，二分間の黙禱の後総会は開催された。

(イ) ＡＷＦ理事会報告

① 記録委員会を設置
委員はH.Tamray（イラン）S.Singh（シンガポール）Choi Chang Sin（韓国）
M.Alagwan（レバノン）○W.Yassin（イラク）八木勇蔵（日本）A.B.Vallimon（フィリッピン）
（○印 委員長）

② アジアジュニア記録の承認及び修正

③ １９７９年アジアジュニア選手権大会
標記大会がフィリッピンで開催される予定であったが，国の都合で開催を返上した。

(ロ) 総会協議

① モスクワにおいてＩＷＦ総会の前にＡＷＦ理事会を開催することを決定した。

② １９８０年アジア選手権大会
韓国が立候補し，入国査証について意見が交換されたが，１９８０年４月又は５月に同国において開催する旨決定した。

③ レフリー及びコーチ研修会
１９８０年１月標記研修会を韓国で開催する。

④ ジュリー及びレフリーの指名

⑤ 選手の確認

1979年アジア ウェイトリフティング選手権大会

写真左　小宮山武四郎会長
右　アヤンIWF事務局長

１９７９年アジアウエイトリフティング選手権大会は８月15日～17日まで３日間にわたり，東京・渋谷の岸記念体育会館において，日本・韓国・中国・北朝鮮・インドネシア・パキスタン・レバノン・タイ・イラン・イラク・シンガポールの計11ケ国71名の各国代表選手によって盛大に開催された。

アジア選手権大会に思う

90kg級　佐　藤　光　正

昭和54年８月15日より８月17日の３日間，岸記念体育会館を会場として開催されるアジア選手権大会に参加するにあたり私は，一週間前より調整合宿入りをして大会に備えた。

試合が近づき，そくそくと他国の選手が集まってくるにつれて，緊張感が高まり練習に一段と熱が入った。

そして，大会初日を迎え北朝鮮・中国選手の活躍は目を見張るものがあり，日本選手は，苦しい試合運びとなったが，２日目に大望の日の丸が上がりチームのムードも盛りあがってきた。いよいよ自分の試合の日が次の日に迫った。私は，アジア選手権初出場ということでその夜は緊張感のあまり眠れなく皇居の回りを散歩しながら，自分の心を落ち着かせようと体操をしたり，深呼吸したりして緊張感を取り除き宿舎に戻った。この前夜の緊張感との戦いが一番つらいと感じている。

そして，90kg級の試合が始まり，スナッチ種目では145kgに成功し２位との差が５kgという結果で終りジャーク種目に入った。ジャークのアップでは，優勝という２文字が頭からはなれず，雑なウォーミングアップとなり早く試合が終りたいという気持が，１回目の試技の失敗となり，次の試技までの間にコーチの先生方からいろいろなアドバイスを受けたが，１回目の失敗のことが頭からはなれず，コーチの言葉はただ耳にするだけであせりの気持だけがやるかたなく残っていた。２回目のコールがされ，絶対に挙げなければならないという気持が一杯でバランスを崩してしまい，またもや失敗してしまいました。この２つの試技の失敗は練に行なった結果であり，自分の心に隙があったからだと思います。

この時くらい第１試技の大切さということを痛感させられたことは，今までには一度もなかった。残された最後の試技には成功させないという気持よりも「いつもやっているんだ。思いきりやろう」という気持だけで，幸いにも成功につながり日本の団体優勝に微力ながら貢献できたことを自己反省をしつつ喜んでいます。

よくこんな話を聞くことがある。それは，「無欲になって臨め」という言葉であるが，実際のところなかなか出来ないものだと思う。私は，「無欲で臨め」とは，毎日毎日苦しい練習に打ち勝っている者が，この重量なら挙がっても当然なんだという気持で試技に臨むことが無ではないかと思う。

毎日苦しい練習を積んで，スタート重量は必ず成功させるように日頃から正しい練習に励むことが大切であろう。

最後に，アジアで一番の力持めざしてジャークでの200kg，スナッチでの160kgめざして練習に取り組んでいきたいと思います。

昭和５４年度（後期）日本新記録公認表

社団法人　日本ウエイトリフティング協会

階級	氏名	所属	記録			大会名	年月日
75 kg	福田輝彦	大津市勤労青少年ホームクラブ（滋賀）	スナッチ	145.5		第16回全日本社会人選手権大会	54. 11. 17
	福崎君夫	中央大学（岩手）	スナッチ	143		第34回国民体育大会	54. 10. 18
110kg	大川克弘	大阪府警（大阪）	スナッチ	144		第34回国民体育大会	54. 10. 18
			トータル	317.5			
	大川克弘	大阪府警（大阪）	ジャーク	181		第16回全日本社会人選手権大会	54. 11. 18

昭和５４年度（後期）大学新記録公認表

52 kg	宮下日出海	大阪商業大学(鹿児島)	トータル	230	第25回全日本大学対抗	54. 11. 15
	小高正宏	日本体育大学(兵庫)	ジャーク	130	第14回日・韓親善大会	54. 12. 9
110kg	福崎君夫	中央大学（岩手）	スナッチ	143	第34回国民体育大会	54. 10. 18
			トータル	310		

昭和５４年度（後期）高校新記録公認表

52 kg	原　　徹	前橋育英高校(群馬)	スナッチ	98	前橋市民スポーツ祭	54. 11. 23
60 kg	難波謙二	羽黒工業高校(山形)	スナッチ	111	第34回国民体育大会	54. 10. 15
	砂岡良治	小山高校(栃木)	スナッチ	130	第1回日・韓高校競技会	54. 9. 2
82.5kg	砂岡良治	小山高校(栃木)	ジャーク	170	第34回国民体育大会	54. 10. 17
	砂岡良治	小山高校(栃木)	スナッチ	135	第26回小山市秋季大会	54. 11. 10
			トータル	300		
90 kg	川口俊次	下関工業高校(山口)	スナッチ	123	第1回日・韓高校競技会	54. 9. 2

昭和５４年度日本公認最高記録表

○印　５４年度更新

社団法人　日本ウエイトリフティング協会（昭和５５年１月１日）

級	種目	記録	氏名	所属	年月日	大会名
52 kg	スナッチ	108	竹内　雅朝	埼玉県庁（埼玉）	50. 9. 15	第２９回世界選手権大会
	ジャーク	132.5	岩崎　賢二	藤岡高校・教（群馬）	53. 6. 24	第３８回全日本選手権大会
	トータル	235	竹内　雅朝	埼玉県庁（埼玉）	51. 4. 17	第３６回全日本選手権大会
56 kg	スナッチ	120.5	三木　功司	自衛隊体育学校（埼玉）	51. 10. 25	第３１回国民体育大会
	ジャーク	150	細谷　治朗	日本体育大学・教(東京)	52. 6. 11	第３７回全日本選手権大会
	トータル	257.5	安藤　勝吉	土岐高校・教（岐阜）	52. 6. 11	第３７回全日本選手権大会
60 kg	スナッチ	127.5	平井　一正	亀山高校・教（三重）	51. 10. 26	第３１回国民体育大会
	ジャーク	157.5	斉藤　隆	山添高校・教（山形）	51. 10. 26	第３１回国民体育大会
	トータル	282.5	平井　一正	亀山高校・教（三重）	51. 10. 26	第３１回国民体育大会
67.5kg	スナッチ	137.5	平井　一正	亀山高校・教（三重）	53. 6. 24	第３８回全日本選手権大会
	ジャーク	○170.5	島屋　八生	日体体育大学・研(東京)	54. 7. 18	１９７８年パンノニア大会
	トータル	307.5	平井　一正	亀山高校・教（三重）	53. 6. 24	第３８回全日本選手権大会
75 kg	スナッチ	○145.5	福田　輝彦	大津市勤労青少年ホームクラブ（滋賀）	54. 11. 17	第16回全日本社会人選手権大会
	ジャーク	178	角南　保	名古屋鉄道（愛知）	53. 11. 12	第15回全日本社会人選手権大会
	トータル	325	大内　仁	警視庁（東京）	42. 10. 18	メキシコ・プレオリンピック
82.5kg	スナッチ	152.5	大内　仁	警視庁（東京）	44. 9. 25	第２５回世界選手権大会
	ジャーク	185.5	吉田　徳規	県央消防署（長崎）	52. 10. 5	第３２回国民体育大会
	トータル	335	大内　仁	警視庁（東京）	44. 9. 25	第２３回世界選手権大会
90 kg	スナッチ	150.5	佐藤　光正	日本体育大学（宮城）	53. 7. 9	第８回全日本学生東西対抗
	ジャーク	192.5	後藤　良一	後藤組（福島）	51. 11. 7	１９７６年日・中友好大会
	トータル	335	佐藤　光正	日本体育大学（宮城）	53. 7. 9	第８回全日本学生東西対抗
100kg	スナッチ	○148	佐藤　光正	柴田農林高校・教（宮城）	54. 6. 24	第1回東北・北海道社会人大会
	ジャーク	192.5	後藤　良一	後藤組（福島）	52. 6. 12	第３７回全日本選手権大会
	トータル	332.5	後藤　良一	後藤組（福島）	51. 11. 23	第13回全日本社会人選手権大会
110kg	スナッチ	○144	大川　克弘	大阪府警（大阪）	54. 10. 18	第３４回国民体育大会
	ジャーク	○181	大川　克弘	大阪府警（大阪）	54. 11. 18	第16回全日本社会人選手権大会
	トータル	○317.5	大川　克弘	大阪府警（大阪）	54. 10. 18	第３４回国民体育大会
+110kg	スナッチ	137.5	西本　研一	徳島市民病院（徳島）	53. 10. 19	第３３回国民体育大会
	ジャーク	177.5	岩崎　雄二	警視庁（東京）	51. 4. 12	第７回アジア選手権大会
	トータル	310	岩崎　雄二	警視庁（東京）	52. 6. 5	第３０回都民体育大会

昭和５４年度大学公認最高記録表

○印　５４年度更新

社団法人　日本ウエイトリフティング協会（昭和５５年１月１日）

級	種目	記録	氏名	所属	年月日	大会名
52 kg	スナッチ	○107.5	宮下日出海	大阪商業大学(鹿児島)	54. 5. 26	第２９回全日本選手権大会
	ジャーク	○130	小高　正宏	日本体育大学(兵庫)	54. 12. 9	第１４回日・韓親善大会
	トータル	○230	宮下日出海	大阪商業大学(鹿児島)	54. 11. 15	第２５回全日本大学対抗
56 kg	スナッチ	113.5	三木　功司	中央大学(徳島)	43. 11. 15	第14回全日本学生選手権大会
	ジャーク	140	一ノ関史郎	法政大学(秋田)	41. 10. 24	第２１回国民体育大会
	トータル	252.5	一ノ関史郎	法政大学(秋田)	40. 10. 27	１９６５年世界選手権大会
60 kg	スナッチ	120	加藤　正雄	中京大学(愛知)	45. 7. 4	第３０回全日本選手権大会
	ジャー	152.5	斉藤　隆	日本体育大学(山形)	48. 10. 16	第２８回国民体育大会
	トータル	272.5	後藤　節哉	日本大学(熊本)	49. 11. 23	第２０回全日本大学対抗
67.5kg	スナッチ	130	中田　高広	中京大学(岐阜)	46. 11. 23	第10回西日本学生選手権大会
	ジャーク	167.5	加藤　正雄	中京大学(愛知)	46. 6. 3	第１回全日本学生東西対抗
	トータル	287.5	加藤　正雄	中京大学(愛知)	46. 7. 24	第３１回全日本選手権大会
75 kg	スナッチ	140	大内　仁	法政大学(福島)	40. 11. 21	第11回全日本学生選手権大会
	ジャーク	172.5	角南　保	明治大学(岡山)	45. 11. 8	第６回アジア大会代表選考会
	トータル	302.5	角南　保	明治大学(岡山)	45. 9. 16	１９７０年世界選手権大会
82.5kg	スナッチ	137.5	大内　仁	法政大学(福島)	39. 12. 13	第１０回全日本大学対抗
	ジャーク	○175	平岡　力	明治大学(静岡)	54. 4. 27	第25回全日本学生選手権大会
	トータル	○305	平岡　力	明治大学(静岡)	54. 4. 27	第25回全日本学生選手権大会
90 kg	スナッチ	150.5	佐藤　光正	日本体育大学(宮城)	53. 7. 9	第８回全日本学生東西対抗
	ジャーク	185	佐藤　光正	日本体育大学(宮城)	53. 7. 9	第８回全日本学生東西対抗
	トータル	335	佐藤　光正	日本体育大学(宮城)	53. 7. 9	第８回全日本学生東西対抗
100kg	スナッチ	147.5	佐藤　光正	日本体育大学(宮城)	53. 7. 23	第３３回国体宮城県予選会
	ジャーク	180	後藤　良一	中央大学(福島)	46. 11. 14	第17回全日本学生選手権大会
	トータル	325	佐藤　光正	日本体育大学(宮城)	53. 12. 14	第８回アジア大会
110kg	スナッチ	○143	福崎　君夫	中央大学(岩手)	54. 10. 18	第３４回国民体育大会
	ジャーク	○170	福崎　君夫	中央大学(岩手)	54. 4. 25	第25回全日本学生選手権大会
	トータル	○310	福崎　君夫	中央大学(岩手)	54. 10. 18	第３４回国民体育大会

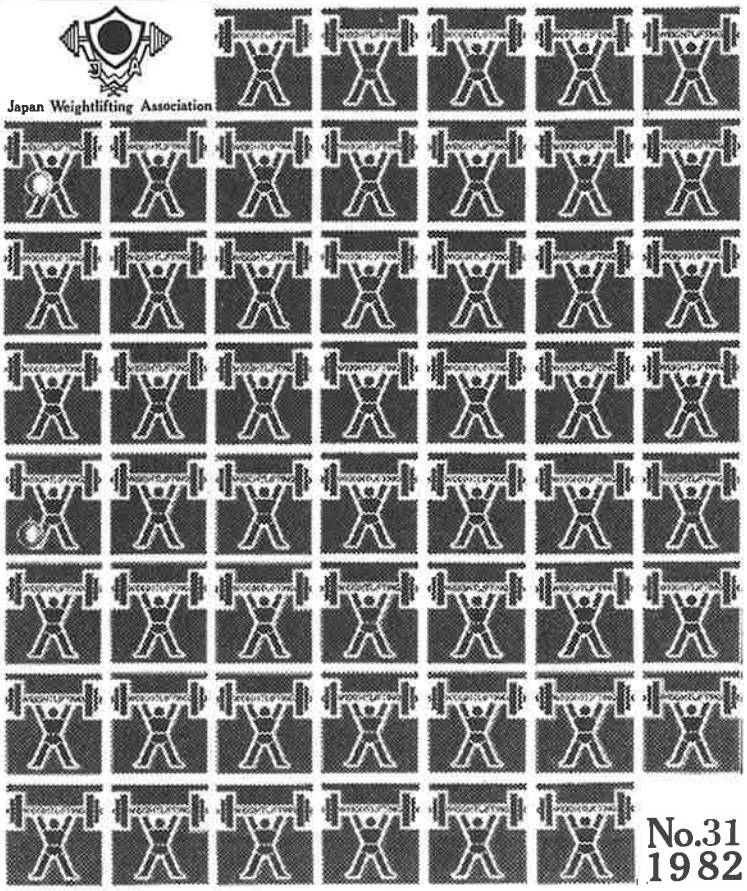
昭和５４年度高校公認最高記録表

○印　５４年度更新

昭社団法人　日本ウエイトリフティング協会（昭和５５年１月１日）

級	種目	記録	氏名	所属	年月日	大会名
52 kg	スナッチ	○ 98	原　　徹	前橋育英高校（群馬）	54. 11. 23	前橋市民スポーツ祭
	ジャーク	122	今村　実	鎮西高校（熊本）	41. 10. 24	第２１回国民体育大会
	トータル	215	今村　実	鎮西高校（熊本）	41. 10. 24	第２１回国民体育大会
56 kg	スナッチ	105	市場　孝士	大阪産業大学附校（大阪）	53. 8. 27	第11回近畿高校選手権大会
	ジャーク	130	安藤　勝吉	土岐高校（岐阜）	43. 5. 26	東海４県選手権大会
	トータル	235	後藤　節哉	鎮西高校（熊本）	45. 10. 11	第２５回国民体育大会
60 kg	スナッチ	11				
	ジャーク	○111	難波　謙二	羽黒工業高校（山形）	54. 10. 15	第３４回国民体育大会
	トータル	142.5	舘田　順一	大館桂城高校（秋田）	40. 10. 25	第２０回国民体育大会
67.5kg	スナッチ	247.5	舘田　順一	大館桂城高校（秋田）	40. 10. 25	第２０回国民体育大会
	ジャーク	117.5	目黒　正男	三条工業高校（新潟）	49. 10. 22	第２９回国民体育大会
	トータル	150	舘田　順一	大館桂城高校（秋田）	41. 3. 27	第１０回秋田県選手権大会
75 kg	スナッチ	260	舘田　順一	大館桂城高校（秋田）	41. 3. 27	第１０回秋田県選手権大会
	ジャーク	122.5	小野　正	新居浜工業高校（愛媛）	49. 2. 24	愛媛県春季大会
	トータル	152.5	砂岡　良治	小山高校（栃木）	53. 8. 4	第25回全関東高校総合体育大会
82.5kg	スナッチ	270	宮城　政章	中央高校（沖縄）	53. 2. 5	第１回陸球新報杯争奪県高校選手権大会
	ジャーク	○135	砂岡　良治	小山高校（栃木）	54. 11. 10	第２６回小山市秋季大会
	トータル	○170	砂岡　良治	小山高校（栃木）	54. 10. 17	第３４回国民体育大会
90 kg	スナッチ	○300	砂岡　良治	小山高校（栃木）	54. 11. 10	第２６回小山市秋季大会
	ジャーク	○123	川口　俊次	下関工業高校（山口）	54. 9. 2	第１回日・韓高校競技会
	トータル	○160	砂岡　良治	小山高校（栃木）	54. 8. 26	第２３回全関東選手権大会
		○280	砂岡　良治	小山高校（栃木）	54. 8. 26	第２３回全関東選手権大会

Weightlifting



No.31
1982

第４２回全日本選手権大会兼オリンピック ロスアンゼルス大会第１次候補選手選考会

（昭和５７年７月９日～１１日，埼玉・上尾市民体育館）

第４２回全日本選手権大会は７月９日から７月１１日の３日間に亘り新設された上尾市民体育館で参加６３名で，優勝が争われアジア新記録３個，日本新記録１１個，日本タイ記録５個が誕生し，中でも世界記録に５㎏とせまる５２㎏級真鍋和人（一宮グループ）の２４７.５㎏ま，アジア新記録を樹立した９０㎏級砂岡良治（日体大）のジャークの２００㎏はロスアンゼルスオリンピックに向けて明るい材料となろう。

〔５２㎏級〕　スナッチ種目では宮下が２回目に１１２.５㎏を軽がると成功させ，次いで真鍋が３回目に１１５㎏，４回目に１１４.５㎏の世界記録に挑戦したが惜しくもバーは後に流れ失敗に終った。

優勝候補筆頭の真鍋はスナッチ１１２.５㎏の日本新，ジャークで１３５㎏の日本タイ記録，トータル２４７.５㎏の日本新記録で堂々他を圧倒して昨年の世界選手権大会第１位に相当する好記録で２度目の優勝となった。

２位争いは，スナッチで１１２.５㎏日本新記録を樹立した宮下が新鋭牧野のジャークの追い込みをかわし２４０㎏日本タイ記録で２位を確保。３位はジャークで１３７.５㎏の逆転をねらって失敗した牧野が，スナッチで失敗した高橋に体重差で確保した。

〔５６㎏級〕　優勝候補の一角，小高がスナッチで失格したため市場が楽々とトータル２５７.５㎏，日本タイ記録で初優勝した。又学生の西川がジャークで１４０.５㎏・大学新記録を成功させ，トータル２４５㎏で２位，３位は小林のトータル２４２.５㎏であった。

〔６０㎏級〕　新井がスナッチで１２０㎏をあげともにならび，またジャークでも２回目で１５０㎏をともに成功させ，優勝は３回目の試技にもちこされたが先に１５２.５㎏・大会タイ記録を成功させた村木が逆転をねらった新井の１５５㎏の惜しい失敗により初優勝を飾った。

〔６７.５㎏級〕　島屋が手固くスナッチ１２７.５㎏，ジャーク１６０㎏，トータル２８７.５㎏で，２位以下に１７.５㎏差をつけて優勝したが，しかし怪我等が原因で島屋本来の記録でないため今後一層の奮起を期待したい。

〔７５㎏級〕　優勝候補の福田がスナッチ１４０㎏で失格したため新鋭の武井と佐々木の争いとなり，ジャークで１６７.５㎏を手固くきめた武井がトータル３０７.５㎏で佐々木をおさえて初優勝を飾った。２位佐々木３０５㎏，３位斉藤２９０㎏。

日本初の２００㎏リフター誕生

９０㎏級ジャークで２００㎏を成功させた砂岡（日体大）

〔８２.５㎏級〕　平岡，宮城の優勝争いとなったがスナッチ１４０㎏でリードした平岡がトータル315㎏で，ジャークで逆転の１８２.５㎏に失敗した宮城をおさえ優勝した。２位宮城３０５㎏，３位吉田２８５㎏

〔９０㎏級〕　期待の星・砂岡がスナッチ１５５㎏，ジャーク２００㎏，トータル３５５㎏のアジア新記録で２位を５２.５㎏引き離し２連覇した。特にジャークの２００㎏は，日本では全階級を通じて最高挙上重量であり，アジアでも９０㎏級では最初という立派な記録であった。８月に出場するジュニア世界選手権で挑戦すると思われる８２.５㎏級ジャーク世界新記録２０５.５㎏に期待したい。

２位小宮山３０２.５㎏，３位上田２９２㎏。

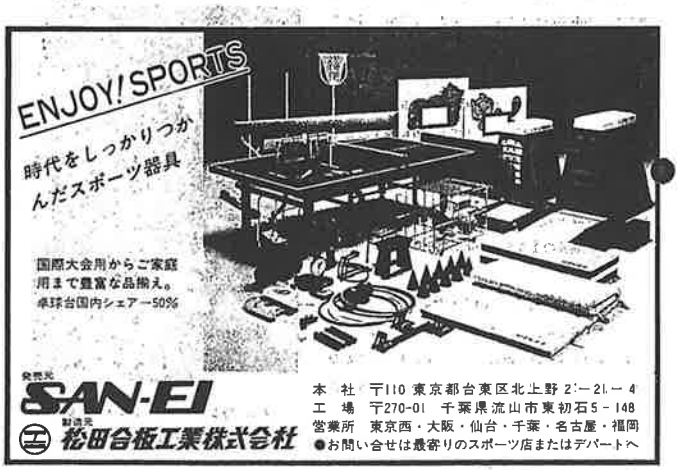
〔１００㎏級〕　佐藤と松尾の優勝争いに焦点がしぼられたが，スナッチで１５０㎏を成功させ２.５㎏リードした佐藤が松尾をおさえ３度目の優勝を果した。

〔１１０㎏級〕　大川が順当にスナッチ１４０㎏，ジャーク１８０㎏，トータル３２０㎏の大会新記録で優勝したが成功率が悪く日本記録は更新できなかった。

２位柴崎３００㎏，３位安藤２９７.５㎏。

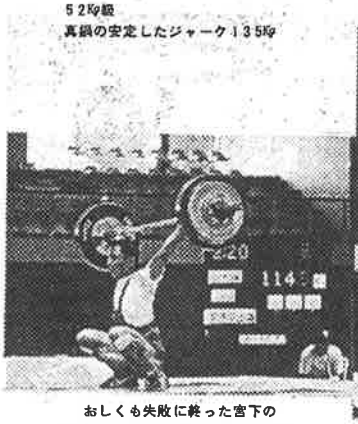
〔＋１１０㎏級〕　優勝候補の福崎がスナッチ１４７.５㎏，ジャーク１７８㎏，トータル３２５㎏の日本新記録で堂々２位に２０㎏の差をつけて優勝。

２位檜原３０５㎏，３位杉本３００㎏。



５２㎏級
真鍋の安定したジャーク１３５㎏

５６㎏級
堂々優勝をきめた市場のジャーク１４２５㎏



おしくも失敗に終った宮下の１１４.５㎏スナッチの世界新記録

６０㎏級
安定したジャーク１５２.５㎏で初優勝した村木

ソ連国際友好杯大会

（昭和５７年３月３日～７日，ソ連・キリギス共和国フルンゼ市）

報告者　菊地俊美

1. 選手団及び大会の概要

(1) 選手団　役員　菊地俊美（競技力向上委員）
役員　細谷治朗（競技力向上委員）
選手　小高正宏（日体大４年生）
選手　城間忠誠（法政大４年生）
選手　宮城正章（日体大４年生）

(2) 大会期間　昭和５７年３月３日～７日

(3) 場所　ソ連　キリギス共和国フルンゼ市

(4) 参加国　１５ヵ国（１２８名）

(5) 日本選手の競技結果

○５６Kg級　小高正宏
S．１１０Kg　J．１３７.５Kg　T．２４７.５Kg（５位）

○６０Kg級　城間忠誠
S．１１５Kg　J．１５０Kg　T．２６５Kg（５位）

○８２.５Kg級　宮城政章
S．１３５Kg　J．１７０Kg　T．３０５Kg（６位）

2. 総括

１９８２年のソ連国際友好杯大会は，３月３日から７日までキリギス共和国の主都フルンゼ市で盛大に開催された。我が国からは５６Kg級の小高，６０Kg級の城間，８２.５Kg級の宮城と３選手が参加した。３選手とも大学生ながら５６年度の全日本ランキング第１位であり，将来を嘱望されているホープである。

〔５２Kg級〕　オリンピックを含めた世界選手権４連勝中のオスモナリエフ（ソ連）に世界新記録更新の期待がかかったが，スナッチの第３試技（１１０Kg）で肘を痛め途中棄権した。替わって同じソ連のボグトスキーが２４７.５Kgで優勝し，ソ連は軽量級でも層の厚いところをみせた。

〔５６Kg級〕　この階級はソ連のミルゾーヤンの１人舞台で，ジャークで１５８.５Kgの世界新記録に挑戦する意欲をみせたが成功せず，結局２６７.５Kgで終った。日本の小高選手はスナッチ，ジャークとも１本づつの成功でトータル２４７.５Kgと不本意な成績で終った。

〔６０Kg級〕　ソ連のサルキッシャンとブルガリアのレジューボフの争いとなり，２種目に安定した強みを発揮したレジューボフがトータル２９５Kgの好記録で優勝した。

またレジューボフはジャークの特別試技で１７０.５Kgの世界新記録を樹立した。日本の城間選手はジャーク１５０Kg，トータル２６５Kgと自己最高記録をマークし，海外試合に強いところをみせた。今

後の活躍が大いに期待される選手の１人である。

〔６７.５Kg級〕　人材豊富なソ連重量挙界でも，この階級については１９７６年のモントリオールオリンピックを制覇したコロル以来世界チャンピオンは出ておらず不作が続いている。

今回はアブセトフが３２７.５Kgで優勝したが，現チャンピオンのクンツ（東独）を破るにはまだまだ力不足の感は否めない。他の階級は多勢の自国選手が参加している中で，この階級だけはアブセトフ１人というのも不思議である。

〔７５Kg級〕　ソ連勢が上位６位まで占めた中で，ミカレフがスナッチ１６０Kg，ジャーク１９７.５Kgと安定した力を発揮して優勝した。外国勢の中では６７.５Kg級から上がったブルガリアのパッショフに期待が集まったが，トータル３３５Kgと，昨年とさして変わらない記録で終り関係者をガッカリさせた。

〔８２.５Kg〕　第１人者のバルダニアンは出場しなかったが，７５Kg級から上がったペルビー（ソ連）が力強い試技を展開し，他を全く問題とせず４回の試技でトータル３９２.５Kgの好記録で優勝した。不世出の名選手バルダニアンの持つジャーク２３３Kgの世界記録を２回目にあっさり更新するなど，その実力は計り知れないものがある。間違いなく次代を背負う逸材である。

日本の宮城選手は調整不足からか，トータル３０５Kgと彼本来の実力を出しきれず不満足な成績で終ってしまった。

〔９０Kg級〕　大会前の予想ではスナッチ，ジャーク，トータルと３部門の世界記録を持っているサイドラエフ（ソ連）の楽勝かと思われたが，６試技中１回も成功せず，好不調の波が大きい一発屋の一面をのぞかせた。優勝はソロドフ（ソ連）で，記録は３８２.５Kgと平凡であったが，まだ２０歳と若く今後強くなる選手の１人と思われる。

〔１００Kg級〕　３部門の世界記録保持者新鋭ザハリエビッチと，昨年の世界チャンピオンソッツの一騎打ちと思われたが，結果はザハリエビッチの自滅でソッツの一人舞台で終った。

ソッツはスナッチで１９３Kg，ジャークで２３３Kgと世界記録を塗りかえ，第１人者としての貫禄を示した試技ぶりであったが，圧感はジャークで，スプリットせずプッシュで世界新記録を作ったのには驚かされた。足腰の強さに加えて上体と下体のバランスが特に素晴らしく，全ての面でウエイトリフターとしての理想を見る思いがした。

〔１１０Kg級〕　昨年の世界選手権第２位のクロコフと，ベテランのクズニチェンコの激突となったが，ジャークに一日の長さがあるクズニチェンコに勝利の女神が微笑んだ。記録的にはあと一歩の感があるが，観る者を威圧するに十分な風貌と，持前のダイナミックなリフティングぶりは迫力満点であった。

〔＋１１０Kg級〕　優勝はジャーク２５８Kg，トータル４５５Kgの世界新記録を樹立した昨年の世界チャンピオンアナトリー・ピサレンコ（ソ連）であった。

スーパーヘビー級で一時代を築いたアレクセーエフの引退後，次々とチャンピオンが交替していくなかで，長期にわたる制覇が可能なのはこのピサレンコであろう。歴代のチャンピオンが体重１５０Kg前後の巨体であったのに対し，彼は１２０Kg台と少ないが見事に均整がとれており，相対筋力から

考えてスナッチ２１０Kg，ジャーク２７０Kg台は時間の問題であろう。無限の可能性を秘めた新タイプのヒーローが登場した。

トピックス

写真はタラネンコ（モスクワオリンピック110Kg級チャンピオン）のアップとそれをみつめるコーチの１コマです。このコーチは技術者とのことで，流石に技術者らしく御覧のような幅や高さが自由に調整できるスタンド型の大型定規風の物を持ち出し，１回ごとにコースや高さをチェックしていた。バーの軌跡を人間のカンに頼らず，科学的側面から捉えようとする技術者の思想が表われている。

ソ連国際友好杯大会

（昭和５７年３月３日～７日，ソ連・キリギス共和国フルンゼ市）

☆印は，世界記録

５２Kg級

順位	氏名	生年	国名	体重	S	J	トータル
1	BOGUTSKY VALERI	1960	URS	51.7	107.5	135	242.5
2	IM JONG GWAN	1955	PRK	51.3	95	135	230
3	GUTOWSKI JACEK	1960	POL	51.8	105	125	230
4	HERNANDEZ JUAN	1956	CUB	51.4	102.5	125	227.5
5	KIM YONG SU	1961	PRK	51.8	90	120	210

５６Kg級

1	MIRZOYAN OXEN	1961	URS	55.85	120	147.5	267.5
2	MAVIUS FRANK	1956	GDR	55.55	117.5	142.5	260
3	GOLIK TADEUSZ	1952	POL	55.6	115	137.5	252.5
4	HO BONG GHOL	1962	PRK	55.65	110	140	250
5	KOTAKA MASAHIRO	1960	JPN	55.8	110	137.5	247.5
6	COCIORAN VASILO	1960	ROM	55.85	105	130	235
7	ARAPBAEV ISRAIL	1961	URS	55.75	97.5	125	222.5

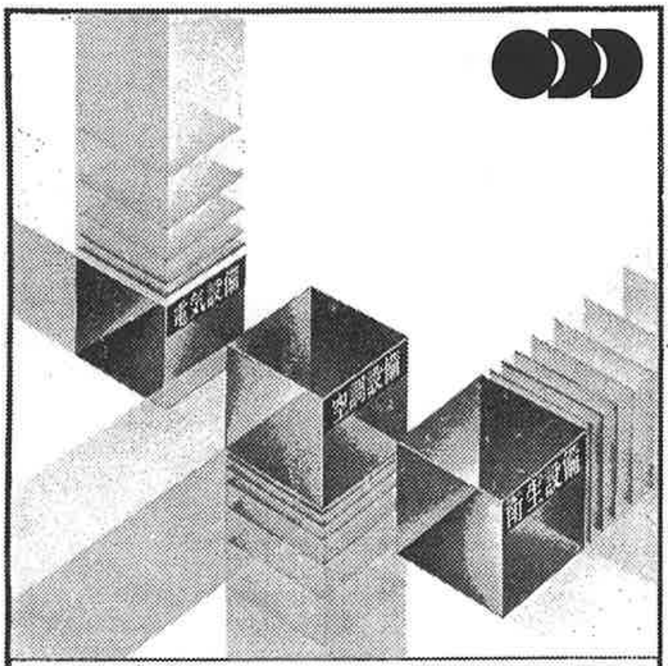
６０Kg級

1	REDZHEBOV REDZHEB	1960	BUL	60	130	165	295
2	SARKISYAN YURI	1961	URS	60	125	160	285
3	ZAJDEL STANISHAW	1955	POL	59.8	122	145	267.5
4	LI HI PONG	1963	PRK	59.75	115	150	265
5	SIROMA TIUSEI	1960	JPN	59.95	115	150	265

REDZHEBOV REDZHEB　特別試技　☆ ジャーク 170.5

６７.５Kg級

1	AVSETOV AVSET	1956	URS	67.5	147.5	180	327.5
2	KLINKFRT JURGEN	1963	GDR	67.35	132.5	160	292.5
3	CHIEBOSZ MIROSLAW	1961	POL	67.15	130	155	285
4	TULI MIRCEA	1957	ROM	64.5	120	155	275



空間を科学する

光・空気・水をコントロール。理想の空間を創造する《電気暖房》の先端技術。

――光と空気と水を生かす――

電気暖房

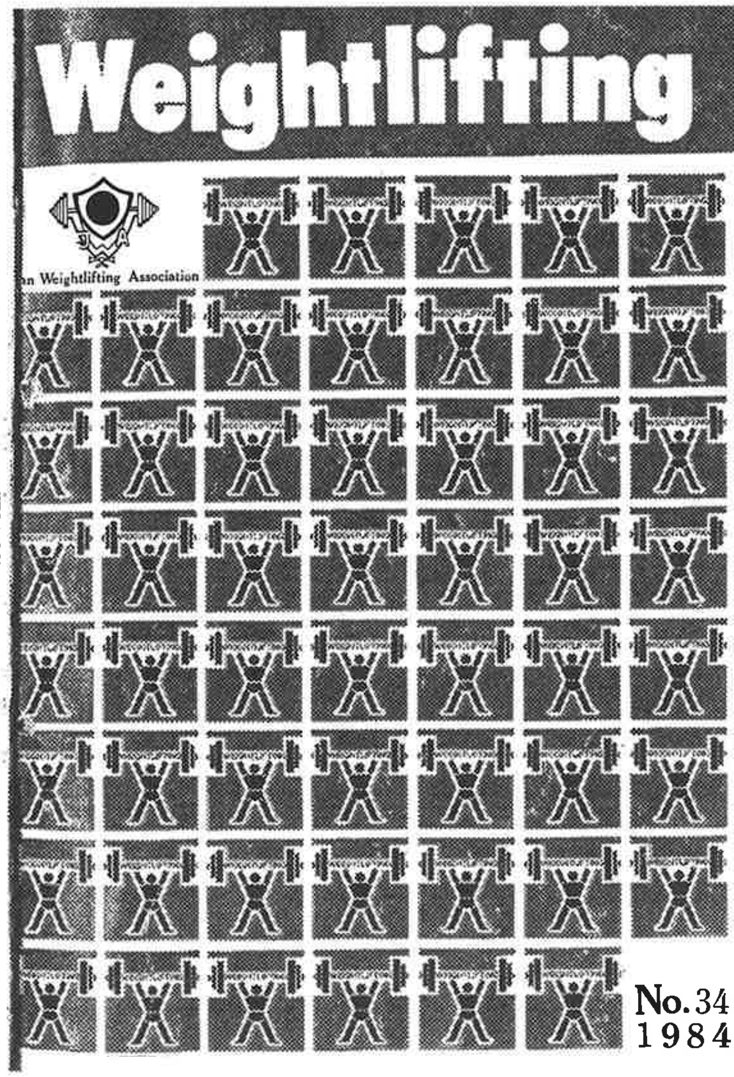
電気・空調・衛生設備・設計・施工

大阪電気暖房株式会社

本　　店：大阪市西区江戸堀1-9-25 TEL(06)441-8231

東京本社：東京都中央区銀座2-2-17 TEL(03)535-5251

ウエイトリフティング NO 34 (社)日本ウエイトリフティング協会会報 発行日 昭和59年3月20日 発行者 (社)日本ウエイトリフティング協会 渋谷区神南一ノ一ノ一 岸記念体育会館内 ☎(〇三)四八一－二三五九 編集責任者 林 克也 印刷所 (株)アドマルク



第２回インターナショナル・トレーニング・キャンプ報告書

主任強化コーチ　福田　　弘

ヨーロッパ・ウエイトリフティング連盟（ＥＷＦ）主催の，このインターナショナル・トレーニング・キャンプは，恒久的なキャンプ地である風光明美なユーゴスラビアのスプリットで昨年に引き続き開催された。

昨年の第１回キャンプは，運営面のみならず，期待の講義内容も，全般的に参加各国から多大な不評が出て，そのため今回は予想以上に参加国が激減し，日本，エジプト，イラク（サウジアラビアのコーチとして１名のみ）及び地元ユーゴスラビアの４カ国というさびしさであり，講師派遣国ソ連，ブルガリア，ポーランド，イギリスを含めても８カ国という少なさであった。

日本チームは，前回の不評を承知のうえで，パンノニア大会参加のついでの海外合宿としてトレーニング・キャンプを利用またトレーニング・キャンプの動向を探るという目的もあった。

トレーニング・キャンプは５月２３日から６月５日迄行なわれ午前中に講義，午後はトレーニングというスケジュールがくり返され，ことに講義はソ連の第一コーチ，プリレピン氏，ブルガリアのナショナル・コーチ，コレフ氏に興味が集中した。

卒直にいって，前回の経験から想像していたよりは，情報に関しては大収穫を得られたといってよいであろう。講義そのものは，前回同様，基礎理論が主であったが，前回以上にソ連，ブルガリアのトレーニング法の特徴の説明がなされ，注目に価するのはソ連のナショナル・チームの今年度の年間トレーニング・スケジュールがプリレピン氏によって公表されたことである。

講義内容については，残念ながら報告者の語学力が未熟なため，その全容をつかみ切れず，いささか断片的な報告にならざるを得ないことを，お許し頂きたい。

尚，本報告のなかの「ブルガリア・ナショナルチームの重要競技会前２カ月間のトレーニング・スケジュール」と，「ソ連ジュニア・リフターの試合前２カ月間のトレーニング・スケジュール」，及びポーランドのトレーニング日誌は，個人的に入手したものである。

1）プリレピン氏の講義から要点のみ抜粋

① 筋力はウエイトリフターの主要な動作能力である。
- ∘筋力は脳からのインパルスによって活動する。
- ∘筋反射能力が重要。
- ∘関節角度のポイントを有効に使う。
- ∘絶対筋力を高めるために，アイソメトリカルなトレーニングを含め，８０～９５％の重量を用いる必要がある。
- ∘絶対筋力を高めるために，１～２週間に１度はマキシマムを試みる必要がある。
- ∘種目全体でいえるのは，リフターの行なう１セット当りの反復回数は１～６回が適しているが，そのうちの７０～９０％は１～３回で行なっている。
- ∘筋力のクイックネスが重要である。
- ∘９０～９５％は絶対筋力，８５～９０％は筋力，７５～８０％は筋持久力の養成に適した重量である。また，ほとんどを７０～９０％で行なうべきである。

② アイソメトリック
- ∘ブルガリアはアイソメトリックを重視していないが，ソ連は積極的に実施している。
- ∘準備期にアイソメトリックを行なう。
- ∘トレーニングの終りに１０分間行なう。
- ∘アイソメ・トレーニングの後には強いマッサージを行なう。

- ∘アイソメトリックの他にエクセントリックも行なう。
- ∘初心者１年目はアイソメトリックをやらせない。
- ∘アイソメトリックはテクニック・トレーニングの後に行なう。
- ∘プル，スクワット，プレスの動作の中でスタティックを実施する。スタティック姿勢，静止時間は，各々３～５秒（スクワットは６～１０秒）。静止姿勢の例としては，スナッチ・プルの場合は，バーがスネに（バーベルが床から離れた瞬間の姿勢）に位置した姿勢，バーがひざに達した姿勢，バーが大腿部に達した姿勢等である。

③ 電気刺激による筋力強化
- ∘重量負荷での筋力強化の他に電気刺激を筋肉に与える方法を行なう。
- ∘電気刺激によって意識的に出せる最大の筋力の２０％を上回わる筋力が出る。
- ∘電気刺激は１度につき１０秒間与える。

④ トレーニング計画

ソ連の年間トレーニング・スケジュール公開・説明に先だち，トレーニング計画論が語られたが，その内容は，既に競技力向上委員会が入手翻訳済みの，ボロビエフ氏の著書に記されているものと，ほとんど同じなので省略する。

また，折角公表された年間基本トレーニング計画表であったが，すべてロシア語で記されており，ユーゴスラビア関係者が後日，翻訳して送ってくれるまで，残念ながら発表することができない。ただし「世界選手権前１カ月のトレーニング・スケジュール」については，ユーゴスラビア関係者の協力で英語翻訳をしてくれたので公表する（本報告綴りの各種トレーニング・スケジュールに含まれているので参照頂きたい）。

2）コレフ氏の講義から要点のみ抜粋

コレフ氏の講義は比較的（プリレピン氏に比べ）体系的な説明を避け，幅広く浅く，断片的な話に終始した印象でしかも受講者の質問の機会が多く与えられたことが，かえって講義の内容をまとまりの薄いものにしてしまったという感じであった。

① ジュニアの指導
- ∘心理学的，生理学的，教育学的な配慮のもとに，科学的な指導を行なっている。
- ∘オリンピックで勝つスーパータレント発掘を目標に指導している。
- ∘欲求，動機づけが大切。
- ∘合理的テクニックをジュニアの早期に身につけさせる。
- ∘瞬発力をもっとも重視し，ジャンプ類を多く行なわせ６５～７５％重量で２～３回の反復で瞬発筋力を強化している。
- ∘競技会参加資格はトレーニングの内容によって差をつける。
- ∘ジュニアの試合は年に１回以上行なわない。ただし，スクール対抗その他は行なう。
- ∘試合はやる気を起こさせるが，動機づけが強すぎるので注意が必要。
- ∘ジュニア（１５～１６才）のトレーニング時間は２～４時間。
- ∘ジュニアのトレーニングは以下の分類で指導している。
  1. ジャンプ
  2. テクニック（習得のために多くの時間を使う）
  3. コーディネーション
  4. 筋力強化
  5. 基礎体力づくり

※使用量は６５～８０％でほとんどを行なう。

② 指導態勢

- 1. シニア・トップ，2. ジュニア・トップ，3. シニア，ジュニアの低いクラスの３つに分けて指導している。
- 各チームは別々に合宿，トレーニング・キャンプを行なう。
- 各チームは１日５～１０時間トレーニングする。
- 各チームにはマッサージ師，ドクター，トレーニング計画者，コーチがついている。
- コレフ氏の場合は体重階級の異なる４人のリフターを指導している。
- トレーニング種目のうちソ連は９種目を重視しているが，ブルガリアはスナッチ，ジャーク，スクワットの３種目を重視している。
- トレーニングは厳しく，例えば手首を痛めたらスクワットを積極的に行ない，プルは片手で行なうなど，トレーニングは中断しない。時として罰としてのトレーニングを，通常のトレーニングの後に課すこともある。
- 基本的には「時間とKgへの挑戦」という考え方を基にハード・トレーニングを課している。
- 定期的に健康診断，心理テスト，体力テストを行なう。
- 基礎体力づくりにはスプリント，ジャンプ，重量物後方投げ，水泳，体操，球技等を行なう。
- 弱点がある時は弱点からトレーニングする。
- １日のトレーニング量の例としては，ある６０Kg級のベスト・トータル３００Kgのリフターの場合は１日３０～４０トン。

③ マッサージ

- マッサージは 1. ウォームアップの前，2. 試合前，3. トレーニングの後などに行なう。
- マッサージにはバイブレーター，ハイドロ・マッサージ，電気刺激等各種の方法を用いる。

④ 競技会

- 試合期トレーニングは試合の３０～４０日前から開始する。
- 特別な試合期トレーニングはオリンピック，世界選手権に際してのみ行なう。
- 試合前１０日間でベストコンディションを作る。最後の４日間で最終調整。
- その１０日間のトレーニング負荷量は大小大小のくり返しで行なう。
- 試合前の休みはとらず，最後のトレーニングは６０％重量で行なう。
- 試合が近ずくと様々なテストを行なう。
- 世界選手権の代表は２０名のトップ・クラスのリフターの中から，グラフをとるなどして選ぶ。

3) その他

講義は他にドクター・フイロソビッチ（ポーランド）の生理学一般論と，ホランド氏（イギリス）の大競技会運営に関する質疑応答がなされたが，あえてここで報告をするほどの内容のものはなかった。

講義の他にモスクワ・オリンピック，ヨーロッパ選手権地中海大会等の映写及びトレーニング・キャンプ中のトレーニングの様子のビデオがしばしば上映された。

ブルガリア・ナショナルチームの重要競技会前２カ月間のトレーニング・スケジュール

－ 第一週 －

＜月曜＞

午前

1) フロント・スクワット

① ６０～７０％重量から始め，すみやかに増量し，マキシマム１回１セットまで行なう。
② マキシマムから２０Kg下げ，２回×２セット。
③ さらに１０Kg下げ，２回×２セット。

※所要時間４５分

１５分休憩（仮眠，球技等）

2) スナッチ

① ６０～７０％重量から始め，すみやかに増量し，マキシマム１回１セットまで行なう。
② マキシマムから２０Kg下げ，２回×２セット。
③ 再びマキシマムまで行なう。
④ マキシマムから２０Kg下げ，２回×２セット。
⑤ さらに１０Kg下げ，２回×２セット。

※所要時間４５分

３０分休憩（仮眠，球技等）

3) クリーン＆ジャーク

① ６０～７０％重量から始め，すみやかに増量し，マキシマム１回１セットまで行なう。
② マキシマムから２０～３０Kg下げ，２回×２セット。
③ 再びマキシマム，そしてさらに5Kg増量を試みる。
④ マキシマムから２０～３０Kg下げ，２回×２セット。

※所要時間４５分

休憩なし

4) クリーン・シュラッグまたはスナッチ・シュラッグ

① 規定種目の１０Kg下，５回×４～５セット。
② 疲れを感じない時はマキシマムまで行なう。

※所要時間２０～２５分

午後

1) クリーン＆ジャーク

午前と同じ要領で４５分間

３０分休憩（仮眠，球技等）

2) スナッチ

午前と同じ要領で４５分間

３０分休憩（仮眠，球技等）

3) バック・スクワット

午前のフロント・スクワットと同じ要領で４５分間

休憩なし

4) クリーン・シュラッグまたはスナッチ・シュラッグ

午前と同じ要領で２０～２５分間

＜火曜＞

午前

1) バック・スクワット

月曜午前種目1) フロント・スクワットと同じ要領で４５分間。

３０分休憩（仮眠，球技等）

2) ハイ・スナッチ

９０～９５％重量で２０～２５分間，全体で４５分間。

３０分休憩（仮眠，球技等）

3) ハイ・クリーン

① マキシマムまで行なう。
② ２０Kg下げ，２回×２セット。

※所要時間４５分

休憩なし

4) ハイ・プル（スナッチ，クリーン・グリップ交互で）

クイック動作で３～５回×２～３セットずつ２０～２５分間。

午後

1) 基礎体力づくり及びリラクセーション

① 各種ジャンプ（ワンジャンプ，ツージャンプ，スリージャンプ，フォージャンプ，ファイブジャンプ，箱跳び，５回箱跳び等），スプリントその他を１５～２０分間。
② 球技等をリラクセーションの目的を含めて行なう。

※所要時間１時間

＜水曜＞

月曜と同じ

＜木曜＞

火曜の午後と同じ

＜金曜＞

月曜と同じ，ただしさらに重い重量とより多くのセットを行なう。いわゆる「ストレス・デー」。

＜土曜＞

火曜と同じ

＜日曜＞

休み

－ 第二週 － 第一週と同じ

－ 第三週 －

－ 第四週 －

＜月曜＞

午前

1) バック・スクワット

８０～８５％重量×３回，３０分間。

2) ハイ・スナッチ

８０％重量×３回×４５分間。

3) ハイ・クリーン＆プレス（ジャーク・プレス？）

８０％重量×２～３回，４５分間。

4) スナッチ・シュラッグ

８０％重量×３～４回，９０％重量×２～３回，４５分間。

午後

1) 基礎体力づくり及びリラクセーション

球技等を３０分

＜火曜＞

午前

1) スナッチ

① ８０％重量×２回×２セットまで行なう。

② ２０Kg下げ，$\frac{70\%}{3}1$ $\frac{80}{2\sim3}1$ $\frac{90}{2}1$ $\frac{100}{1}2$ $\frac{105}{1}2$ $\frac{90}{2}2\sim3$ の要領で行なう。

2) ハイクリーン＆プッシュジャーク

８０％重量×２～３回，３０分間。

3) バック・スクワット

1) スナッチと同じ要領で行なう。

午後

1) 基礎体力づくり及びリラクセーション

球技等を１時間。

＜水曜＞

午前

1) バック・スクワット

① ８０％重量×１回×１セットまで行なう。
② ２０Kg下げ，２～３回でセットをくり返す。

※所要時間３０分

2) スナッチ

８０％重量×１回，３０分間。

3) クリーン＆ジャーク

８０％重量×１回，３０分間。

4) スナッチ・シュラッグ

８０％重量×３～５回，３０分間。

午後

1) ハイクリーン

８０％重量×２回，３０分間。

2) バック・スクワット

８０％重量×４～２回，３０分間。

3) クリーン・シュラッグ

８０％重量×３～５回，３０分間。

＜木曜＞

1) 基礎体力づくり及びリラクセーション

ジャンプ，スプリント，球技等。

＜金曜＞

午前

1) フロント・スクワット

８０％重量×３～５回，４５分間。

１６分休憩

2) スナッチ

① ９０～１００％重量まで行なう。
② ２０Kg下げ，２～３回でセットをくり返す。

※所要時間４５分

３０分休憩

3) クリーン&ジャーク
① 90～95%重量まで行なう。
② 20kg下げ，2～3回でセットをくり返す。
※所要時間45分
休憩なし

4) クリーン・シュラッグ
80～90%重量×3回×5セット。
午後

1) クリーン&ジャーク
80～90%重量×1回，45分間。
30分休憩

2) スナッチ
1) クリーン&ジャークと同じ要領。
30分休憩

3) バック・スクワット
80～90%重量×3～5回，45分間。
休憩なし

4) スナッチ・ハイプル
80～90%重量×3回，5セット。

<土曜>
休み

<日曜>
休み

— 第五週 — 第一週と同じ
— 第六週 — 〃二 〃
— 第七週 — 〃三 〃
— 第八週 — 〃四 〃
— 第九週 — 〃五 〃

ブルガリア・ナショナルチームのトレーニング周期のトレーニング・パターンの要点

1. 第一，第二，第三週……強いトレーニング
2. 第四週……リラクセーション
3. 第五，第六，第七週……強いトレーニング
4. 第八，第九週……リラクセーション（ただし，オリンピック，世界選手権大会前のみ）

重要競技会前の最終のマキシマム重量挑戦日

1. スナッチ……競技会の5～6日前
2. クリーン&ジャーク……競技会の7～8日前

ソ連ナショナルチームの1983年度世界選手権前1カ月間のトレーニング・スケジュール

ブリレビン，ソ連第一コーチ公表による

第一週

<月曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ	80～85%/2	6～8
2) プッシュ・ジャーク	75～85%/2	6～8
3) ハング・クリーン	75～80%/2	6～8

17：00～19：00

1) ハイクリーン	80%/2	6～8
2) スナッチ・ハイプル（クイック，床から，スタート姿勢で3秒バーを支持）	90%/3	6～8
3) フロント・スクワット（クイック）	70%/3	6～8

<火曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハング・ハイスナッチ（腰までバーを持ち上げてから）	70～75%/4	6～8
2) フロント・スクワット＋プッシュ・ジャーク（ラックから）	80～85%/1+1	6～8
3) スクワット・クリーン（テクニックならひざ下から，スピードならひざ上から）	75～80%/2	6～8
4) ミリタリープレス	70%/3	6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

<水曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) クリーン&ジャーク	80～85%/1+1	10
2) ハング・スナッチ	80%/2	6
3) プッシュ・ジャーク（ラックから）	70～75%/6	6

17：00～19：00

1) スナッチ（10～15cmのボックスから）	75～85%/2	8
2) ミディアムグリップ・シュラッグ	90%/3	6
3) バック・スクワット	80～90%/4-3	6

<木曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハイスナッチ＋スナッチ	70～80%/2+1	8
2) ハイクリーン（スタート姿勢で3秒バーを支持）	70%/3	8
3) ミリタリープレス	70～80%/3	6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

<金曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ	70～80%/2	8
2) ハイクリーン＋フロントスクワット＋プッシュジャーク	80%/1+1+1	7
3) クリーン・シュラッグ	90～100%/3-2	8

17：00～19：00

1) ハイクリーン	80%/3	6
2) クリーン・シュラッグ（10～15cmのボックスから）	100%/3	6
3) フロント・スクワット（クイック）	70%/5	6

<土曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スクワット・クリーン	75～85%/2	8
2) ジャーク（ラックから）	80～85%/2	6
3) バック・スクワット（クイック）	85%/3	6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

第二週

<月曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ	80～85%/2-1	10
2) クリーン&ジャーク	80～85%/2-1	10
3) バック・スクワット（クイック）	70%/3	6

17：00～19：00

1) ハイクリーン	80%/3	6
2) スナッチ・ハイプル（スタート姿勢で3秒バーを支持）	90%/3	6
3) フロント・スクワット	70%/5-4	6

<火曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハング・ハイスナッチ（クイック）	75～80%/4	6
2) フロント・スクワット＋ジャーク（ラックから）	80～85%/2+1	6
3) スクワットクリーン（10～15cmの台に乗って）	75～80%/2	6
4) ミリタリープレス	75～80%/3	6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

<水曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）

11：00～14：00

1) ハング・スナッチ	75～80%/2	6
2) スクワットクリーン＋フロント・スクワット＋プッシュジャーク	80%/1+1+1	6
3) クリーン・シュラッグ	90～100%/3-2	6

17：00～19：00

1) ハイクリーン	80%/3-2	6
2) クリーン・シュラッグ（10～15cmの台に乗って）	100%/3	6
3) フロント・スクワット（クイック）	80%/3	6

<木曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハイスナッチ＋スナッチ	25～80%/2+1	6
2) ハイクリーン（スタート姿勢で3秒バーを支持に）	75～80%/3	5
3) プッシュ・プレス	70～75%/3	6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

<金曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ（10～15cmのボックスから）	80～85%/2	6
2) スナッチ・ハイプル（10～15cmの台に乗って	90～マキシマム/3	6
3) バック・スクワット	70%/2	6

17：00～19：00

1) スナッチ	85%/2	10
2) クリーン&ジャーク	80～85%/2-1	10
3) バック・スクワット（スロー）	80%/3	6

<土曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スクワット・クリーン（10～15cmのボックスから）	80%/2	6
2) フロント・スクワット＋ジャーク（ラックから）	80%/1+2	6
3) バック・スクワット	90%/3	5

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

第三週

<月曜>
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ　80～90%/2－1　1時間

2) スクワットクリーン＋フロントスクワット＋プッシュジャーク　80%/1+1+1　7

3) スナッチ・ハイプル　90～100%/3　7

17：00～19：00

1) ハイスナッチ　80%/3－2　6

2) ハング・ハイクリーン　80～90%/2－1　7

3) バック・スクワット（スロー）　75～80%/4－3　6

＜火曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハイ・クリーン　80%/3　7

2) フロント・スクワット＋ジャーク（ラックから）　80%/3+1　7

3) クリーン・シュラッグ　90～95%/3　7

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜水曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ（ハング姿勢で3秒バーを支持）　80～85%/2－1　7

2) クリーン&ジャーク　80～90%/2－1　1時間

3) クリーン・シュラッグ　90～マキシマム/3　6

17：00～19：00

1) ハイスナッチ＋スナッチ　80%/2+1　7

2) プッシュ・ジャーク　80%/3　6

3) フロント・スクワット　80%/4　6

＜木曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) パワースナッチ（スロー）　55%/4　7

2) スナッチグリップ・プッシュジャーク＋スナッチ・スクワット　70～80%/2+3　6

3) ミリタリー・プレス　70%/4　6

4) スプリット・スクワット　60～65%/3+3　6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜金曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ　80～90%/2－1　1時間

30分間，球技等の運動を行なう

2) クリーン&ジャーク　80～90%/2－1　1時間

17：00～19：00

1) ハイクリーン　80%/3　6

2) クリーン・シュラッグ　100%/2－3　7

3) フロント・スクワット　70%/2　6

＜土曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ミディアムグリップ・ハイスナッチ　80～90%/2　7

2) ジャーク（ラックから）　80～90%/2－1　7

3) スクワット・クリーン（10～15cmのボックスから）　80%/2　7

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

第　四　週

52～67.5Kg級リフターのスケジュール

＜月曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ　85%/1　7

2) フロントスクワット＋ジャーク（ラックから）　85%/1+1　5

3) ハング・クリーン　80%/2　5

4) バック・スクワット（スロー）　85%/2　5

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜火曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハイクリーン　80%/2　5

2) プッシュ・プレス　70%/2　5

3) スナッチ・ハイプル（10～15cmの台に乗って）　80%/2　5

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜水曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ（10～15cmのボックス，またはハングから）　75%/2　6

2) クリーン&ジャーク　85%/1+1　6

3) ミディアムグリップ・ハイプル　80%/2　6

4) バック・スクワット　80%/2　5

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜木曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハイスナッチ　80%/1　6

2) フロントスクワット＋プッシュジャーク　75%/1+1　6

3) バックスクワット（クイック）　70%/2　5

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜金曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ　80%/1　5

2) スクワット・クリーン（10～15cmのボックスから）　70%/2　5

3) クリーン・シュラッグ　90%/2　5

4) バック・スクワット（スロー）　70%/2　5

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜土曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ（スロー）　50～60%/3－2　5

2) フロントスクワット＋プッシュジャーク（ラックから）　60%/1+3　5

3) グッド・モーニング　x/5　4

4) スプリット・スクワット　50%/3+3　4

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

第　四　週

75～+110Kg級リフターのスケジュール

＜月曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ　85～90%/2+1　7

2) フロントスクワット＋ジャーク（ラックから）　80%/2+1　6

3) ハング・クリーン　80%/2　6

4) バック・スクワット（スロー）　80%/3　6

5) グッド・モーニング　x/4　5

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜火曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハイクリーン　80%/2　6

2) プッシュ・ジャーク　80%/3　6

3) スナッチ・ハイプル（10～15cmのボックスから）　90%/3　7

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜水曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ（10～15cmのボックスから）　80%/2　7

2) クリーン&ジャーク　90%/1+1　7

3) ベンチ・プレス　80%/3　6

4) ミディアムグリップ・ハイプル　80%/3　7

5) バック・スクワット　85%/2　6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜木曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) ハイスナッチ（クイック）　80%/2　6

2) フロント・スクワット＋プッシュ・ジャーク（ラックから）　80%/1+2　6

3) バック・スクワット　70%/2　6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜金曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ　80%/2　7

2) クリーン・シュラッグ　95～100%/2　6

3) プッシュ・プレス　85%/2　6

4) バック・スクワット　90%/2　6

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

＜土曜＞
8：15～ 9：00
基礎体力（体操，球技，ボディビル，その他）
11：00～14：00

1) スナッチ（スロー）　55～60%/3　5

2) スクワット・クリーン（10～15cmのボックスから）　80%/2　6

3) ミリタリー・プレス　70%/3　5

4) スプリット・スクワット　50%/3+3　4

17：00～
疲労除去（サウナ，マッサージ，電気刺激，日光浴等）

注

① スケジュール中の重量%は，基本的には種目毎のベスト記録に対するもの。

② ただし，以下の種目の重量%は，異なる種目のベスト記録を基準にしている。

※ スナッチのハイプル，シュラッグ……スナッチ

※ クリーンのハイプル，シュラッグ。ミディアムグリップのハイプル，シュラッグ。スプリット・スクワット……クリーン

ソ連ジュニア・リフター（17～18才）の試合前2カ月間のトレーニング・スケジュール

アレクサンダー・イエルマコフ

＜1＞

1) ハイクリーン　$\frac{70}{3}4$

2) スナッチ・シュラッグ　$\frac{90}{4}3$ $\frac{100}{3}2$

3) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{3}2$ $\frac{75}{2}2$

4) ミリタリー・プレス　$\frac{80}{3}3$

5) ジャンプ（20kgの負荷で上方・前方等へジャンプする）

＜2＞

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{3}4$ $\frac{80}{1}3$

2) ハング・ハイスナッチ　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

3) スナッチ・ハイプル　$\frac{90}{4}5$

4) スクワット・クリーン　$\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

5) プッシュ・プレス　$\frac{70}{2}1$ $\frac{75}{2}2$

6) バック・スクワット　$\frac{70}{3}4$

7) ミリタリー・プレス　$\frac{80}{4}4$

8) グッド・モーニング　$\frac{70}{5}3$

＜3＞

1) スナッチ（ボックス）　$\frac{70}{3}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

2) ハイクリーン　$\frac{70}{3}3$ $\frac{75}{3}3$

3) スナッチ・ハイプル　$\frac{90}{4}5$

4) プッシュ・プレス　$\frac{70}{3}4$

＜4＞

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{3}4$ $\frac{80}{1}2$

2) ハング・スナッチ　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

3) ハイクリーン（ボックス）　$\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}3$

4) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{2}3$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

5) プッシュ・プレス　$\frac{70}{4}4$

6) バック・スクワット　$\frac{80}{4}3$ $\frac{85}{3}3$

7) グッド・モーニング　$\frac{70}{3}3$

＜5＞

1) スナッチ　$\frac{70}{2}4$ $\frac{80}{2}4$

2) クリーン&ジャーク　$\frac{70}{2}3$ $\frac{75}{2}3$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

3) プッシュ・ジャーク　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}4$

4) スナッチ・ハイプル　$\frac{90}{4}4$

＜6＞

1) ハング・スナッチ　$\frac{70}{2}4$ $\frac{75}{2}4$ $\frac{80}{2}2$

2) スナッチ・シュラッグ　$\frac{95}{3}3$

3) ハイクリーン　$\frac{70}{3}3$ $\frac{75}{2}2$

4) クリーン&ジャーク　$\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}2$

5) グッド・モーニング　$\frac{70}{3}3$

6) バック・スクワット　$\frac{80}{3}3$ $\frac{85}{3}3$

＜7＞

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{3}4$ $\frac{80}{1}1$

2) ハング・スナッチ　$\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}5$

3) ハング・スクワット・クリーン　$\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}5$

4) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{2}3$ $\frac{78}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

5) ミリタリー・プレス　$\frac{75}{4}4$

6) グッド・モーニング　$\frac{70}{3}3$

＜8＞

1) スナッチ　$\frac{75}{2}3$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

2) スクワット・クリーン　$\frac{70}{2}4$ $\frac{80}{3}4$

3) プッシュ・プレス　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}4$

4) クリーン・シュラッグ　$\frac{90}{4}4$

＜9＞

1) スナッチ　$\frac{70}{2}4$ $\frac{75}{2}4$ $\frac{80}{2}1$

2) クリーン・シュラッグ　$\frac{90}{3}3$

3) ハイクリーン　$\frac{70}{3}3$ $\frac{75}{2}2$

4) ジャーク（ラック）　$\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}1$

5) グッド・モーニング　$\frac{80}{2}3$

6) フロント・スクワット　$\frac{80}{4}3$ $\frac{85}{3}3$

＜10＞

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{4}3$ $\frac{75}{2}1$ $\frac{80}{2}1$

2) ハング・スナッチ　$\frac{70}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

3) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

4) クリーン・ハイプル　$\frac{90}{3}3$

<11>

1) ハイクリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

2) ハング・スナッチ　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$ $\frac{90}{1}2$

3) ハング・クリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{3}2$ $\frac{80}{2}2$

4) ミリタリー・プレス　$\frac{70}{4}3$

5) フロント・スクワット　$\frac{70}{4}3$

<12>

1) ハイスナッチ（ボックス，ひざから）　$\frac{70}{3}3$ $\frac{75}{3}3$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

2) クリーン&ジャーク　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{1}2$ $\frac{90}{1}2$

3) ミリタリー・プレス　$\frac{70}{6}2$

4) クリーン・シュラッグ　$\frac{95}{4}5$

5) グッド・モーニング　$\frac{70}{3}3$

6) バック・スクワット　$\frac{80}{4}2$ $\frac{85}{3}3$ $\frac{90}{2}2$ $\frac{95}{1}2$

<13>

1) ハング・スナッチ　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

2) ハイクリーン　$\frac{70}{3}4$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

3) フロント・スクワット　$\frac{70}{3}3$ $\frac{75}{2}2$

<14>

1) スナッチ　$\frac{75}{3}3$ $\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}3$ $\frac{90}{1}1$ $\frac{95}{1}1$ $\frac{100}{1}1$

2) ハング・スクワット・クリーン　$\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}4$ $\frac{85}{2}1$

3) クリーン・シュラッグ　$\frac{100}{4}4$

4) ミリタリー・プレス　$\frac{75}{5}3$

5) フロント・スクワット　$\frac{80}{4}3$ $\frac{85}{3}2$ $\frac{90}{2}3$

6) グッド・モーニング　$\frac{70}{4}4$

<15>

1) クリーン&ジャーク　$\frac{70}{2}2$ $\frac{80}{2}1$ $\frac{85}{2}1$ $\frac{90}{1}1$ $\frac{100}{1}1$

2) ハング・スナッチ　$\frac{75}{3}3$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

3) スナッチ・シュラッグ　$\frac{95}{3}3$

4) バック・スクワット　$\frac{70}{4}4$

5) ミリタリー・プレス　$\frac{80}{4}4$

<16>

1) スナッチ　$\frac{70}{2}3$ $\frac{75}{2}3$ $\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}2$

2) ハイクリーン　$\frac{70}{4}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}1$

3) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{2}3$ $\frac{75}{2}3$ $\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}2$

4) フロント・スクワット　$\frac{70}{4}3$

<17>

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{3}4$ $\frac{80}{2}2$

2) スナッチ・ハイプル　$\frac{100}{5}4$

3) スクワット・クリーン（テクニック）　$\frac{70}{3}2$ $\frac{75}{2}4$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$ $\frac{90}{1}2$

4) クリーン・シュラッグ　$\frac{105}{3}5$

5) ミリタリー・プレス　$\frac{80}{4}3$

6) バック・スクワット　$\frac{80}{4}2$ $\frac{85}{4}2$ $\frac{90}{2}2$

7) グッド・モーニング　$\frac{70}{4}3$

<18>

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{3}3$ $\frac{80}{1}2$

2) ハイクリーン　$\frac{70}{3}3$ $\frac{80}{1}2$

3) プッシュ・ジャーク　$\frac{70}{3}3$

4) グッド・モーニング　$\frac{50}{5}2$

<19>

1) スナッチ　$\frac{70}{2}1$ $\frac{80}{2}1$ $\frac{85}{2}1$ $\frac{90}{2}1$

2) スナッチ・シュラッグ　$\frac{90}{2}2$ $\frac{95}{2}2$ $\frac{100}{2}2$

3) ハイクリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$

4) ハング・スクワット・クリーン　$\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

5) プッシュ・ジャーク　$\frac{75}{5}3$

6) クリーン・シュラッグ　$\frac{95}{4}3$

<20>

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{3}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

2) クリーン&ジャーク　$\frac{70}{2}3$ $\frac{75}{2}3$ $\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}2$ $\frac{90}{2}1$

3) ミリタリー・プレス　$\frac{80}{4}4$

4) フロント・スクワット　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$

<21>

1) スナッチ（ボックス）　$\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}2$

2) クリーン・シュラッグ　$\frac{100}{4}3$

3) プッシュ・ジャーク　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

4) バック・スクワット　$\frac{80}{3}3$ $\frac{85}{3}4$

5) グッド・モーニング　$\frac{70}{4}4$

<22>

1) ハング・スナッチ　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

2) スクワット・クリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

3) クリーン・シュラッグ　$\frac{110}{2}3$

4) ミリタリー・プレス　$\frac{70}{3}3$

<23>

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{3}2$ $\frac{75}{2}2$

2) スナッチ（ボックス）　$\frac{75}{3}4$

3) ハイクリーン　$\frac{70}{3}2$ $\frac{75}{2}4$

4) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$ $\frac{90}{1}2$ $\frac{95}{1}2$

5) クリーン・シュラッグ　$\frac{95}{4}4$

6) ミリタリー・プレス　$\frac{75}{4}4$

7) フロント・スクワット　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}3$

8) グッド・モーニング　$\frac{70}{3}3$

<24>

1) スナッチ（ボックス，10cm）　$\frac{70}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

2) スナッチ，シュラッグ　$\frac{105}{3}2$

3) ハング・スクワット・クリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

4) プッシュ・ジャーク　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

5) バック・スクワット　$\frac{80}{3}3$ $\frac{85}{2}1$

＜25＞

1) スナッチ　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}5$ $\frac{85}{2}2$

2) スクワット・クリーン　$\frac{70}{2}3$ $\frac{75}{2}3$ $\frac{80}{2}6$ $\frac{85}{2}2$ $\frac{90}{2}2$

3) ミリタリー・プレス　$\frac{80}{4}4$

4) クリーン・シュラッグ　$\frac{100}{4}5$

5) グッド・モーニング　$\frac{70}{3}3$

6) バック・スクワット　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{3}3$

＜26＞

1) ハング・スナッチ　$\frac{70}{2}3$

2) スナッチ・ハイプル　$\frac{100}{3}4$

3) スクワット・クリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

4) グッド・モーニング　$\frac{70}{3}3$

＜27＞

1) スナッチ（ボックス，10～15㎝）　$\frac{75}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

2) スクワット・クリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}1$

3) ミリタリー・プレス　$\frac{80}{3}3$

4) バック・スクワット　$\frac{80}{3}3$ $\frac{85}{3}4$

＜28＞

1) ハング・スナッチ　$\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$ $\frac{90}{1}2$

2) ハイクリーン　$\frac{70}{3}4$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

3) フロント・スクワット　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$

4) グッド・モーニング　$\frac{70}{4}3$

＜29＞

1) ハイスナッチ　$\frac{70}{2}3$ $\frac{80}{1}2$

2) ハング・スクワット・クリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

3) クリーン・シュラッグ　$\frac{90}{3}3$

4) ミリタリー・プレス　$\frac{70}{3}4$

＜30＞

1) ハング・スナッチ　$\frac{70}{2}3$

2) スクワット・クリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{2}2$ $\frac{90}{1}2$

3) プッシュ・ジャーク　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$

4) バック・スクワット　$\frac{80}{4}3$ $\frac{85}{2}2$

5) グッド・モーニング　$\frac{70}{2}2$

＜31＞

1) ハイクリーン　$\frac{65}{2}2$ $\frac{70}{2}2$

2) スナッチ　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}3$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$ $\frac{90}{1}1$ $\frac{95}{1}1$

3) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}1$

4) フロント・スクワット　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$

＜32＞

1) ハイスナッチ　$\frac{65}{3}3$ $\frac{70}{3}3$

2) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{1}1$ $\frac{85}{1}1$ $\frac{90}{1}1$ $\frac{95}{1}1$

3) ミリタリー・プレス　$\frac{75}{3}3$

4) クリーン・シュラッグ　$\frac{80}{2}2$ $\frac{95}{3}3$

5) グッド・モーニング　$\frac{70}{4}3$

＜33＞

1) ハング・スナッチ　$\frac{75}{2}2$

2) ハイクリーン　$\frac{70}{3}2$ $\frac{75}{2}1$

3) ジャーク（ラック）　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$

4) フロント・スクワット　$\frac{80}{2}3$ $\frac{85}{3}3$ $\frac{90}{2}1$

＜34＞

1) スナッチ（クイック）　$\frac{75}{2}3$

2) ハング・ハイクリーン　$\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$

3) プッシュ・ジャーク　$\frac{70}{2}1$ $\frac{75}{2}1$ $\frac{80}{2}1$

4) フロント・スクワット　$\frac{70}{3}4$

＜35＞

1) スナッチ　$\frac{60}{2}2$ $\frac{65}{2}2$ $\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$ $\frac{80}{2}2$ $\frac{85}{2}2$

2) スクワット・クリーン　$\frac{65}{2}1$ $\frac{75}{2}1$ $\frac{80}{2}1$ $\frac{85}{2}1$

3) ジャーク（ラック）　$\frac{65}{2}1$ $\frac{75}{2}1$ $\frac{80}{2}1$ $\frac{85}{2}1$

4) グッド・モーニング　$\frac{70}{5}3$

＜36＞

1) スナッチ　$\frac{60}{3}2$ $\frac{65}{2}2$ $\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$

2) クリーン&ジャーク　$\frac{60}{3}2$ $\frac{65}{2}2$ $\frac{70}{2}2$ $\frac{75}{2}2$

1～2日休んで試合

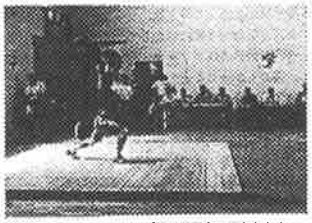
※トレーニング実施曜日は不明。

トレーニング・キャンプの宿舎，ドウィロポ・ホテル下の海岸

トレーニング中の日本，ユーゴ選手の友好的スナップ

試合風景

トレーニング風景



トレーニング・キャンプ開催期間中に行なわれた「ユーゴ・エジプト友好試合」のひとコマ

(社)日本ウエイトリフティング協会
Japan Weightlifting Association
ISSN 0286-7621

ウエイトリフティング

第９回アジア大会参加リフター動作分析

特別研究号 No. 32

（社）日本ウエイトリフティング協会会報
1983

(社)日本ウエイトリフティング協会
Japan Weightlifting Association
ISSN 0286-7621

ウエイトリフティング

オリンピック二種目の試合時における動作分析
ならびに引き種目に関する運動力学的研究

1983年度世界選手権大会リフター動作分析

特別研究号 No. 35

（社）日本ウエイトリフティング協会会報
1984

(社)日本ウエイトリフティング協会
Japan Weightlifting Association

ＪＷＡ保管用
室外持ち出し厳禁

第２回世界マスターズ選手権大会

●昭和62年10月23～25日 ●プェルトリコ・サリナス市

	S	J	トータル	
45歳～49歳グループ 56kg級				
杉島 利洋（香川）	75.	95.	170.	1位
60歳以上グループ 67.5kg級				
黒川 晋（愛媛）	47.5	65.	112.5	3位
45歳～49歳グループ 82.5kg級				
佐々木 大（京都）	100.	125.	225.	3位
45歳～49歳グループ 100kg級				
大森 康正（京都）	185	140.	／	

WORLD CHAMPIONSHIPS CSSR OSTRAVA 1987
TEAM POINTS 13. 09. 1987

	Nat	52	56	60	67.5	75	82.5	90	100	110	+110	TOTAL
1.	BUL	46	46	48	48	89	36	44	0	36	41	434
2.	URS	0	0	81	39	0	44	82	46	48	87	427
3.	HUN	0	29	0	0	9	79	49	67	40	29	302
4.	TCH	29	6	0	0	23	26	8	34	72	56	254
5.	POL	38	0	0	53	6	23	72	0	32	25	249
6.	CHN	77	57	31	34	44	0	0	0	0	4	247
7.	GDR	0	0	31	76	36	0	30	36	27	0	236
8.	CUB	0	40	39	20	62	15	21	0	0	0	197
9.	KOR	35	46	20	13	8	27	0	19	0	0	168
10.	ROM	0	0	35	0	13	66	0	44	0	0	158
11.	FRG	0	0	0	0	0	14	21	21	33	65	154
12.	PRK	12	46	26	34	0	0	0	0	0	0	118
13.	JPN	0	52	26	18	0	0	0	0	0	0	96
14.	AUS	45	0	0	11	17	0	0	0	12	0	85
15.	SWE	0	0	0	0	19	0	0	20	20	16	75
16.	GBR	0	0	0	0	0	26	18	0	21	0	65
17.	AUT	0	0	0	3	11	0	0	37	0	0	51
18.	USA	0	0	0	0	22	0	7	0	3	18	50
19.	TPE	24	9	0	0	0	0	0	0	0	0	33
20.	FIN	0	22	0	0	0	5	0	0	0	0	27
21.	NOR	0	0	0	0	0	0	0	0	15	10	25
22.	CAN	0	0	3	6	0	0	6	6	2	0	23
23.	AFG	17	0	0	1	3	0	0	0	0	0	21
24.	DEN	0	0	0	0	0	0	0	16	2	0	18
25.	SUI	0	0	0	0	0	0	5	10	0	0	15
26.	BEL	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0	10
27.	BRA	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	6
28.	NZL	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	5
29.	POR	0	0	0	1	0	2	0	0	0	0	3

金子訓久選手（67.5kg級）ら地元選手の活躍も目立った

女子トーナメントでは長谷場久美選手（埼玉栄・教）が女子日本最高のジャーク100kgを樹立した

第１回全国女子選手権大会

●昭和62年９月21日　●藤沢市日本大学農獣医学部体育館

第１回の女子によるウエイトリフティング競技会が，昭和62年９月21日新装の日本大学農獣医学部の体育館にて開催されました。

これまで，男性のみのスポーツ競技として行なわれていたが，遂に女性が興味を持ち，徐々に競技人口も増加している。他の競技種目を見ると，マラソン，レスリング，水球，サッカーなども過去には男性しかしなかったスポーツだったが，今日では女性の進出は目ざましい。

女子ウエイトリフティングの最近の動向を見ると，ＩＷＦが1984年に「男性だけの」という資格と言葉使いを廃止してからは，多くの国々の女性達が積極的に競技会に参加するようになり，1986年にはハンガーにて第１回のウーマンズカップ国際大会が開催され，５カ国（アメリカ，イギリス，中国，カナダ，ハンガリー）23名の選手が参加した。

アジアでも中国が "Wave Cup" という女性の大会を1985年に開催し，180数名の選手が参加したと報告されており，記録の面でも非常に高いレベルにある。

我が国では調査したところ，全国で20名前後の女子が男子の競技会にオープン参加をしているようであり，徐々に女子のウエイトリフティングに対する熱が高まっているようである。

本大会では，今年度11月にフロリダ州デートナビーチで行なわれる第１回女子世界選手権の予選を兼ねて行なわれ，８階級に33名の選手が参加し注目された。試合の結果，第１回世界選手権の代表には，実力ナンバーワンの75kg級長谷場久美（埼玉栄・教）と52kg級植村ひろみ（西城陽高），56kg級魚留三奈（城南高），60kg級山川直美（桃山高）の京都の高校生トリオが決定した。

44kg級

順位	氏名	県名	所属	年令	体重	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	内田 典子	千葉	船橋法典高校	1970	42.6	32.5	37.5	40	42.5	47.5	47.5	32.5	42.5	75	
2	中井 朋子	奈良	高田クラブ	1961	43.3	25	30	30	35	40	45	25	40	65	

48kg級

順位	氏名	県名	所属	年令	体重	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	新崎 有香	兵庫	舞子高校	1971	47.1	35	35	40	45	50	52.5	40	52.5	92.5	
2	田中 智子	学連	日本体育大学	1964	47.4	35	40	40	50	57.5	60	35	50	85	
3	渡邉 美佳	千葉	津田沼高校	1969	47.7	25	30	30	25	30	35	25	30	55	

52kg級

順位	氏名	県名	所属	年令	体重	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	植村ひろみ	京都	西城陽高校	1969	51.1	55	55	55	65	70	72.5	55	70	125	
2	阿部野恭子	岡山	霞友計算	1968	50.8	40	45	47.5	50	65	60	45	65	100	
3	柏原 智子	兵庫	舞子高校	1971	50.3	35	40	40	47.5	52.5	55	40	55	95	
4	高地 真幸	東京	ＳＳＣ	1965	51.3	32.5	37.5	40	50	65	60	37.5	50	87.5	
5	島田美津穂	東京	伊勢丹	1966	52.0	25	30	30	30	35	35	25	35	60	

56kg級

順位	氏名	県名	所属	年令	体重	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	魚留 三奈	京都	城南高校	1969	53.5	50	50	55	60	70	75	50	70	120	
2	高橋恵利子	兵庫	舞子高校	1971	52.9	35	40	42.5	47.5	52.5	52.5	40	52.5	92.5	
3	中山裕美子	石川	小松市立女子高校	1970	54.2	35	40	42.5	50	50	55	42.5	50	92.5	
4	伴仲あかり	兵庫	尼崎東高校	1971	55.6	35	40	42.5	50	55	55	42.5	50	92.5	
5	南野 雅美	滋賀	大津日赤	1966	55.2	35	40	40	47.5	52.5	52.5	35	47.5	82.5	
6	勝山真由美	東京	伊勢丹	1962	55.9	25	30	30	30	35	35	25	35	60	

60kg級

順位	氏名	県名	所属	年令	体重	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	山川 直美	京都	桃山高校	1969	56.10	55	60	60	65	70	75	60	70	130	
2	白石 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1969	59.10	47.5	52.5	52.5	70	75	75	47.5	75	122.5	
3	東 絵里子	石川	小松市立女子高校	1969	59.90	35	40	42.5	50	55	60	42.5	55	97.5	
4	馬場 恵子	兵庫	尼崎東高校	1971	59.10	30	35	37.5	40	45	45	37.5	45	82.5	
5	小田嶋[illegible]	東京	伊勢丹	1967	59.10	25	30	32.5	30	35	40	30	40	70	
—	畑田 真紀	神奈川	日体大クラブ	1965	59.90	42.5	42.5	42.5	55	55	00	00	55	—	

67.5kg級

順位	氏名	県名	所属	年令	体重	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	安宅あかね	京都	城南高校	1971	60.20	45	50	50	60	65	70	50	65	115	
2	木村 里香	東京	Ｓ＆Ｃ企画	1965	65.80	47.5	52.5	55	60	60	60	52.5	60	112.5	
3	仲地和歌奈	沖縄	糸満高校	1970	65.80	45	45	45	55	60	65	45	60	105	
4	加藤 令子	東京	日体大・大学院	1969	61.70	42.5	47.5	47.5	60	65	67.5	42.5	60	102.5	
5	住本加奈子	東京	Ｓ＆Ｃ企画	1965	65.60	35	40	40	50	50	55	35	50	85	
6	鈴木 昭世	群馬	館林市城沼体育館	1965	60.70	32.5	37.5	37.5	45	45	50	32.5	45	77.5	
7	東海林雅子	東京	伊勢丹	1965	60.10	25	30	30	30	35	40	25	40	65	

75kg級

順位	氏名	県名	所属	年令	体重	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	長谷場久美	埼玉	埼玉栄高校・教	1963	71.30	65	65	70	85	90	90	70	90	160	
2	若栗 由美	学連	日本体育大学	1967	69.40	47.5	55	55	65	70	75	55	70	125	
3	佐々木千景	茨城	茨城東高校	1970	68.10	35	35	40	45	50	52.5	35	52.5	87.5	

第１回世界女子選手権大会

●昭和62年10月30日～11月１日　●米国・フロリダ州デイトナビーチ

44kg級

順位	氏名	国名	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	Jun, Cai	CHN							70.0	75.0	145.0	
2	Aizhen, Chen	CHN							62.5	75.0	137.5	
3	Harris, Sibby	USA							50.0	65.0	115.0	
4	Littler-Hilton, P	GBR							42.5	60.0	102.5	
5	Turpin, Claudia	CAN							47.5	55.0	102.5	
6	Imbarwati, Ponco	INA							45.0	52.5	97.5	
7	Sforza, Roberta	ITA							40.0	55.0	95.0	
8	Suarez, Angles	ESP							35.0	52.5	87.5	
9	Munkhus, Gunnlang	NOR							35.0	45.0	80.0	
10	Hsu, Yi-Wen	TPE							40.0	——	——	

48kg級

順位	氏名	国名	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	Xiaoyu, Huang	CHN							75.0	95.0	170.0	
2	Byrd, Robin	USA							62.5	75.0	137.5	
3	Gomez, Sandra	ESP							52.5	70.0	122.5	
4	Chu, Nan Mei	TPE							47.5	65.0	112.5	
5	Lee, Li Ming	TPE							45.0	60.0	105.0	
6	Foldi, Csilla	HUN							45.0	57.5	102.5	
7	Hughes, Marisa	GBR							45.0	57.5	102.5	
8	Aisah, Siti	INA							40.0	52.5	92.5	
9	Paradis, Rachel	CAN							42.5	50.0	92.5	

52kg級

順位	氏名	国名	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	Zangqun, Yan	CHN							67.5	90.0	157.5	
2	Babadzanova, Marg	BUL							65.0	82.5	147.5	
3	Silverman, Rachel	USA							55.0	77.5	132.5	
4	植村ひろみ	JPN							55.0	75.0	130.0	
5	Morales, Ana	MEX							45.0	60.0	105.0	
6	Rosales, Adriana	MEX							40.0	50.0	90.0	
7	Bakkevik, Monica	NOR							37.5	52.5	90.0	
8	Yang, Su Kuan	TPE							——		——	
9	Dola, Claudia	ITA							——	60.0	——	
10	Garlisi, Moya	CAN							——	65.0		
11	Haughton, Pauline	GBR							——			

56kg級

順位	氏名	国名	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	Aihong, Cui	CHN							75.0	85.0	160.0	
2	Woon, Soon-Lee	KOR							65.0	80.0	145.0	
3	Genna, Stephani	FRA							62.5	80.0	142.5	
4	Kim, Suzanne	USA							60.0	80.0	140.0	
5	Forteath, Marie	GBR							57.5	80.0	137.5	
6	山川 直美	JPN							60.0	75.0	135.0	
7	魚留 三奈	JPN							55.0	75.0	130.0	
8	Leclerc, Marcelle	CAN							60.0	70.0	130.0	
9	D' Amico, Maria	ITA							55.0	70.0	125.0	
10	Sorakunnas, Elina	FIN							45.0	67.5	112.5	
11	Rodrigo Orgaz, A	ESP							52.5	57.5	110.0	
12	Dydak, Vicky	CAN							50.0	57.5	107.5	
13	Rivera Vasquez, Y.	MEX							30.0	45.0	75.0	

60kg級

順位	氏名	国名	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	Xinling, Zeng	CHN							75.0	105.0	180.0	
2	Torma, Obolya	HUN							72.5	100.0	172.5	
3	Dimitrova, Gabriela	BUL							75.0	92.5	167.5	
4	Smith, Debbie	AUS							67.5	87.5	155.0	
5	Matou, Denise	CMR							65.0	90.0	155.0	
6	Shepatin, Giselle	USA							70.0	80.0	150.0	
7	Ni, Chia Ping	TPE							62.5	87.5	150.0	
8	Niro, Nancy	CAN							65.0	75.0	140.0	
9	Lewis, Debbie	GBR							55.0	80.0	135.0	
10	Gronfeld, Iris	ISL							57.5	75.0	132.5	
11	Dafni, Atara	ISR							57.5	75.0	132.5	
12	Raty, Hanna	FIN							60.0	65.0	125.0	
13	Hunter, Julie	CAN							52.5	70.0	122.5	
14	Perez, Viviana	URU							45.0	65.0	110.0	
15	Corona, Rosamaria	MEX							45.0	60.0	105.0	
16	Shim, Keum-Nam	KOR							65.0	—	—	

67.5kg級

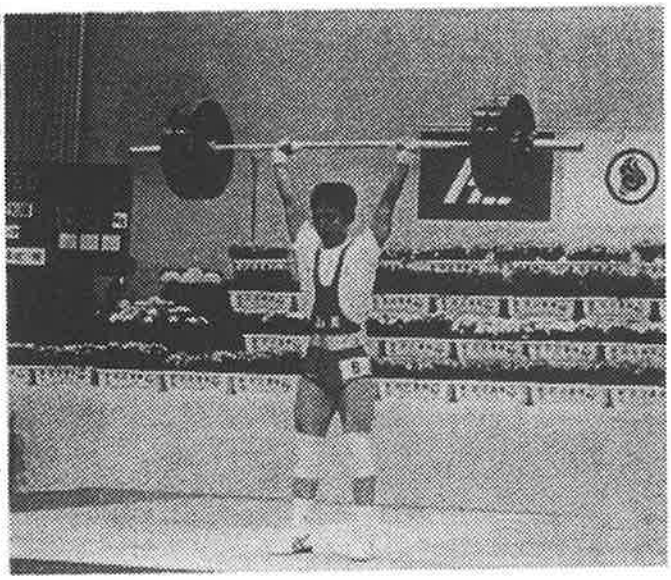
順位	氏名	国名	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	Lijuan, Gao	CHN							77.5	102.5	180.0	
2	Kovach, Arlys	USA							80.0	100.0	180.0	
3	Asenova, Senka	BUL							80.0	100.0	180.0	
4	Rose, Jannette	GBR							77.5	100.0	177.5	
5	Koh, Sook-Hyun	KOR							72.5	90.0	162.5	
6	Kollmann, Clara	HUN							72.5	85.0	157.5	
7	Roche, Veronique	FRA							70.0	85.0	155.0	
8	Brick, Theresa	CAN							65.0	87.5	152.5	
9	Martinez Quetos, Loly	ESP							67.5	82.5	150.0	
10	Wockert, Robin	AUS							62.5	87.5	150.0	
11	Ramon, Elizabeth	FRA							67.5	80.0	147.5	
12	Yang, Mei-Tzu	TPE							62.5	82.5	145.0	
13	Jouogo, Marie	CMR							60.0	80.0	140.0	
14	Hoen, Ann Beatrice	NOR							62.5	75.0	137.5	
15	Starling, Christine	GBR							62.5	75.0	137.5	
16	Tarigan, Pergunan	INA							62.5	75.0	137.5	
17	Santavy, Bobbie June	CAN							52.5	72.5	125.0	
18	Castro Cortes, Rosalba	MEX							45.0	55.0	100.0	
19	Bahena, America	MEX							40.0	55.0	95.0	
20	Keelan, Debbie	AUS							65.0	—	—	

75kg級

順位	氏名	国名	スナッチ 1	2	3	ジャーク 1	2	3	ベスト S	J	トータル	備考
1	Hongling, Li	CHN							90.0	120.0	210.0	
2	Takacs, Maria	HUN							87.5	117.5	205.0	
3	Dimitrova, Tania	BUL							92.5	102.5	195.0	
4	Huang, Li Tzu	TPE							80.0	100.0	180.0	
5	Trillarkosi, Aniko	HUN							80.0	97.5	177.5	
6	Ford, Glenda	USA							80.0	95.0	175.0	

Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング



1992 No.51

(社) 日本ウエイトリフティング協会会報

ウエイトリフティングNO. 51

目　次

第６４回世界選手権大会…… 2

第５回世界女子選手権大会…… 8

第４６回国民体育大会（成年）……14

第４６回国民体育大会（少年）……24

平成３年度文部大臣杯第３７回全日本大学対抗選手権大会‥36

※　表紙は第４６回国民体育大会でジャーク127.5kgを挙上、トータル優勝の足場を固めた瞬間の、今年度52kg級トップリフター渡辺　博。

第６４回世界選手権大会

佐久間(56) ５位、渡辺(52)健闘の６位

第64回世界選手権大会は、ドイツのドナウシンゲン市にて、９月27日より10月６日の10日間にわたり参加40カ国、参加選手200名を集め、日本からは三宅義信総監督以下役員選手計13名が参加した。

今大会の日本チームの第一の目標は、出来るだけ多くの選手に、バルセロナ オリンピック出場標準記録を突破させることにあり、それが可能とみられる選手達を、10名フルエントリーした。

ドナウシンゲンの一角にて、源泉の地を感じさせる石像と森。

＜52kg級＞　渡辺　博と伊禮　淳が出場。渡辺はスナッチ第１試技で102.5kgを取った後、第２試技は7.5kgアップの110kgに成功。勢いに乗って第３試技で112.5kgの自己新記録に挑んだが惜しくも失敗。ジャークも堅実なスタート120kgを確実にものにした後、　第２試技で127.5kgを挙上。第３試技でこれに成功すれば、韓国のKO KWANG-KUをかろうじて退けることが出来るかと思われた132.5kgに挑戦したが失敗。トータル237.5kgで６位となった。

一方、試合前から体調不十分であった伊禮は、無理を避けスタート重量を下げ、スナッチ３本、ジャーク２本をまとめ、トータル225kgと、自己ベストに7.5kg足りないながらそこそこの記録で７位となった。

このクラス優勝のIVANOV IVAN(ブルガリア)は、ジャーク155.5kgの世界新記録を樹立した。また、３位のZHANG ZAIRONG(中国)もスナッチで120.5kgの世界新記録を挙上して、会場のファンから大喝采を浴びた。

＜56kg＞　今年の全日本の覇者新田勝久と２位の佐久間勝彦が出場。体調不十分な新田はスナッチ105kg、ジャーク130kgと佐久間と同じ重量からスタートしたが、佐久間は順調な成功率を積み重ねスナッチ３本、ジャーク２本を取り、トータル250kgをマークし、今大会出場の日本選手中最上位の５位入賞を果たした。新田はトータル242.5kgで７位に入ったが、全日本の優勝記録260kgを下回ること17.5kgの低調さであった。

このクラスでもLIU SHOUBINがスナッチ135kgの世界新記録を樹立、中国パワーの勢いを見せつけた。また、CHUN BYUNG-KWANがトータル295kgを挙上し、韓国リフター初の世界の王者となった。さらに特筆すべきは、何と上位３名は、韓国、中国、中国といずれもアジアのリフターが独占したことである。

＜60kg級＞　村木洋介と市場孝士、同者共31才のベテランが出場。今年はまったく別人のごとく絶不調の村木はスナッチ110kg、ジャーク140kgという、彼自身不本意なスタート重量であったが、結果はスナッチ115kg、ジャーク140kg、トータル255kgで14位に終わった。これに対し市場は順調な仕上がりで大会に臨んだが、同僚の不調にいくらか気分的に引きずられた感があり、スナッチ１本、ジャーク２本で、トータル262.5kgと平凡な記録でかろうじて10位に入った。

このクラスはトルコのポケット ヘラクレス SULEYMANOGLU NAIMが優勝。しかし342.5kgを挙げた最盛期の迫力は見られなかった。２位には30才のソ連のベテラン SARKISSIAN YURIKが、トータル302.5kgをマーク、健在振りを示した。

＜67.5kg級＞　この階級まで日本チームはそれぞれの階級で２名ずつエントリー、67.5kg級は鶴見英司と堀越典昭が出場。鶴見はスナッチ、ジャーク共に失敗なしのパーフェクトゲームで自己ベストには2.5kg及ばなかったが、トータル287.5kgで15位。堀越はスナッチは３本取り127.5kgを挙げますますであったが、ジャークで力が発揮出来ず152.5kg１本のみトータル280kg、18位に終わった。

優勝争いは、かなり激しい競り合いが演じられ、ブルガリアのYOTOV YOTOがソ連のMILITOSIAN ISRAILと同記録のトータル345kgを挙げ、体重差で優勝。昨年度優勝者北朝鮮のKIM MYONGNAMは、苦手のジャークで逆転され３位に転落した。

＜75kg級＞　このクラス出場の平仲　康は今年の全日本選手権大会で、スナッチ148kgの日本新記録を樹立した勢いがなく、135kgにとどまりジャークは185kg、170kg、170kgといずれも失敗、失格してしまった。

＜82.5kg級＞　今大会中もっとも低調な記録にとどまったクラスといえる。トータルの世界記録405kgに対して、優勝者のソ連のSAMADOVIBRAHIMの記録は37.5kgも低い、367.5kgであった。日本期待の砂岡良治は腰痛が完全に回復していないため、トータル342.5kgで９位、自己ベスト370kgが出せれば、今大会優勝者と勝負が可能であることを思うと残念であるが、再起を祈りたい。

＜90kg級以上＞　ソ連が例のごとく圧倒的な力量の差を見せ、90kg級以上の全階級を制覇した。重量級で注目すべきは韓国選手が90kg級で、KIM BYUNG-CHANがトータル387.5kgのアジア新記録を樹立して３位、＋110kg級のKIM TAE-HYUNがトータル400kgで３位と上位を獲得、両選手共20才そこそこの若さで、今後の活躍に関心が持たれるところである。

記録的には、日本チームは今一つ物足りない結果で、１人失格選手を出してしまい、残念ではあったが、全員オリンピック出場標準記録突破という所期の目標に対しては、一応の成果が出せたといえよう。標準記録突破選手達の飛躍を祈り、最終予選、そしてオリンピックでの活躍を期待したい。

52kg級渡辺、ジャーク127.5kgを挙上６位入賞を果たす。

ジャーク世界新155.5kgに成功！飛び上がって喜ぶ52kg級優勝のIVANOV(ブルガリア)。

ジャークで腰を痛めたが、標準記録は突破した67.5kg級の堀越。

第５回世界女子選手権大会

長谷場２位(67.5) 植村３位(52)！

第５回を迎えた女子の世界選手権大会は、シニア世界選手権大会と同時にドイツのドナウシンゲン市にて、９月27日より10月６日の10日間にわたり、熱戦が繰り広げられた。

ドナウシンゲンは、ドナウ川の源流の地でも有名で、風光明媚な静かな町である。

＜44kg級＞　斉藤さと美がスナッチ80kgを成功させ、中国のシン(XING)の67.5kg、インドのクンジャラニ(KUNJARANI)の62.5kgに次いで３位と健闘した。しかし、ジャークでは77.5kgに終わったため、アメリカのフロワーズ(FLOWERS)に逆転され、残念ながらトータル137.5kgで４位に甘んじた。アジア大会以降やや体調を崩していたが、今大会直前に大分調子を取り戻し、秘かに期待していたものの、成功率に結びつかず無念であった。

優勝は、ジャークで95.5kgの世界新記録を挙げ、トータル162.5kgで２位に20kgの大差をつけて寄せ付けなかった中国のシンのものとなった。

＜48kg級＞　田中智子はスナッチ65kgの日本新記録を成功させ、好スタートを切ったが３位から７位まで同記録体重差で並ぶ大接戦となり、ジャークは82.5kgを挙上しながらも惜しくも肘のゆるみで反則をとられ、80kgで終わったが５位入賞と健闘した。

優勝候補の中国のリャオ(LIAO)は、ジャークで98kgの世界新記録を挙げ、スナッチでつけられた2.5kgの差を挽回する追い上げを見せたが、ブルガリアのリファトバ(RIFATOVA)に体重差で逃げ切られ、２位にとどまった。

＜52kg級＞　本大会２年連続２位の植村ひろみと山川直美が出場。スナッチではリズムを崩した植村が72.5kgを１・２試技共に失敗第３試技に成功させるという瀬戸際に立ち、場内も騒然としたがジャークで本領を発揮して、２位のアメリカのビャード(BYRD)のトータル170kgに迫る167.5kgで３位を確保した。スナッチの失敗がなんとも惜しまれた。

山川は順調な成功率で４本取り、よく健闘したがトータル150kgで11位。優勝はジャーク108kgの世界新記録を挙げた中国のペン(PENG)トータル187.5kgであった。

＜56kg級＞　若手ながら安定した力をつけてきた阿部真美が、ジャークで97.5kgを挙上種目別３位入賞の健闘を見せた。しかし、スナッチの成功１本のみがたたり、トータルは170kgで６位入賞と、ジャークで光っただけに惜しい感じであった。本人の課題であるスナッチの安定性を高め、来年はさらに上位を目指してほしい。

優勝は、中国のスン(SUN)がスナッチ85kgジャーク108kg、トータル192.5kgと、すべての種目を世界新記録で飾り、２位はブルガリアのヤンコバ(YANKOVA)180kg、３位カナダのニロ(NIRO)175kgの順であった。

＜60kg級＞　中国のハン(HAN)と韓国のウォン(WON)の激しい闘いとなり、スナッチは両者共に87.5kgの同記録で並び、体重優位のハンが一歩リードした。しかし、ジャークではウォンが112.5kgに挑戦し、逆転を狙ったが失敗107.5kgに止まり、110kgを成功させたハンがトータルで2.5kg上回り、初優勝を遂げた。

＜67.5kg級＞　ベテラン長谷場久美がスナッチ87.5kgと、実力を出し切れないスタートで、韓国の新鋭キム(KIM)に並ばれたが、得意のジャークで110kgを決め、トータル２位を固めた後115kgに挑戦、ジャークの突き上げがやや前差しとなり、バランスを崩して惜しくも失敗。しかし、本人初の銀メダル獲得に輝く大健闘を見せた。

優勝は、スナッチで他を大きくリードする95kgを挙上した、中国のレイ(LEI)が、トータル210kgでものにした。

＜75kg級＞　前回優勝のブルガリアのトレンダフィロバ(TRENDAFILOVA)と中国のチャン(ZHANG)の一騎打ちとなり、スナッチでは両者共に105kgの世界新記録を挙げ、互いに譲らぬ気迫を見せ、トレンダフィロバが体重差でリードを奪ったが、ジャーク抜群のチャンは世界新記録の137.5kgを楽々と挙げ、115kgに終わったトレンダフィロバを22.5kgと大きく引き離し優勝を決めた。

３位以下は67.5kg級から増量してきた数名の選手の接戦となり、スナッチ90kg、ジャーク112.5kg、トータル202.5kgを最実に高い成功率(５本)で決めた、ハンガリーのタカチ(TAKACS)が３位に輝いた。

＜82.5kg級＞　昨年の覇者コロンビアのウルチア(URRUTIA)と、中国のリー(LI)の争いとなり、スナッチでウルチアが107.5kgを挙げ、リーに5kgの差をつけリードしたが、ジャークでは138kgの世界新記録をリー が成功させ、ウルチアがさらに138.5kgの世界新記録に挑み、場内を沸かせたものの失敗両者共同記録のトータル240kgとなり、体重差でリーが逆転優勝を遂げ、ウルチアの２連覇を阻んだ。

＜＋82.5kg級＞　中国のリー(LI)がスナッチ113kg、ジャーク143kg、トータル255kgとすべてに世界新記録を挙げ、２位以下に22.5kgの大差をつけて圧勝。２位はアメリカのガレット(GARRETT)トータル232.5kg、３位はタカチ(TAKACS)トータル220kgの順であった。

本大会では、16個の世界新記録が樹立され９階級中８階級を中国が制し、圧倒的な勝利を収めた。日本も種目別を含め４個の銀メダルと３個の銅メダルを獲得し、フルエントリー９名が許されていながら、６名のエントリーで団体５位の成績を収めることができた。

個人でも数階級において世界記録に近いレベルの力量を発揮した選手がおり、近い将来に世界新誕生も夢ではなさそうに思えた。

44kg級、15才の可愛らしい少女リフター、スペインのフェルナンデス(FERNANDEZ)。

44kg級スナッチ表彰式、優勝中国のシン(XING)中央、２位インドのクンジャラニ(KUNJARANI)左、日本の斉藤は喜びの銅メダル獲得。

52kg級植村(左)はジャークで95kgを挙げ、種目別２位の大健闘。優勝は中国のペン(PENG)中央、３位アメリカのビャード(BYRD)右。

52kg級植村の３位入賞に喜ぶ坂上審判員(左)、関口コーチ(後中央)、イランのドクターシャハビ右。

56kg級の阿部(右)はジャークで97.5kgを挙げ、表彰台の３位に登る。優勝は中国のスン(SUN)中央、２位ブルガリアのヤンコバ(YANKOVA)左。

67.5kg級の長谷場はジャークで金メダルを狙ったが、惜しくも差しで失敗。

67.5kg級で大健闘の末、念願の表彰台に登った長谷場。右は全種目優勝の中国のレイ(LEI)。

75kg級のブルガリアのトレンダフィロバ(TRENDAFILOVA)、スナッチ105kg世界新記録樹立。

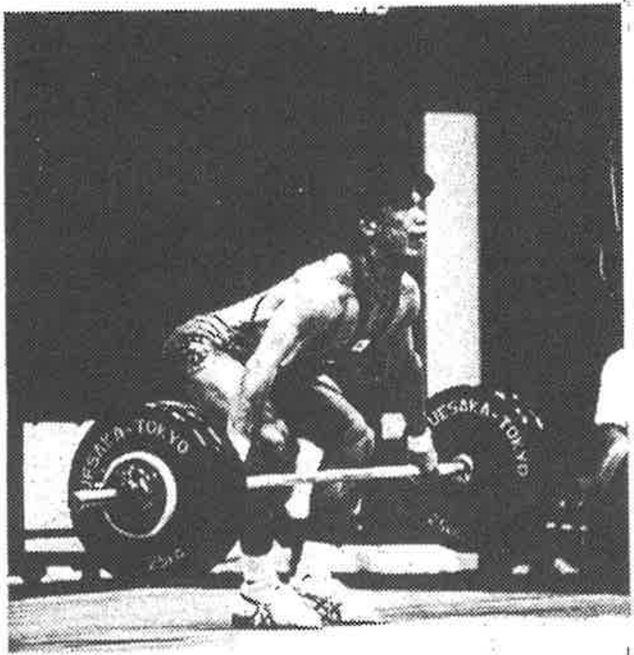
75kg級ジャーク130kgを挙上、逆転優勝の中国のチャン(ZHANG)。

ベストドレッサーとして活躍の＋82.5kg級カナダのシンベイル(SINGBEIL)。

＋82.5kg級表彰式、優勝中国のリー(LI)中央、２位アメリカ、ギャレット(GARRETT)左３位ハンガリー、タカチ(TAKACS)右。

Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング



1994 No. 60

㈳日本ウエイトリフティング協会会報

第12回アジア競技会　広島1994

第３回アジア競技大会（東京1958年）以来、36年ぶりに日本で開催された第12回アジア競技大会が平和都市広島で行われた。

Asian Harmony わちあう感動、結びあう友情のスローガンのもとに、参加ＮＯＣ43ヶ国、34競技、337種目という史上最大の大会規模となった。

今大会は、旧ソ連の中央アジア５ヶ国の初参加や、カンボジアの復帰など話題に満ちた大会でもあった。

ウエイトリフティング競技においてはＩＷＦのMr.ショードル会長、Mr.アイアン事務総長をはじめ、アジアの役員、選手団22ヶ国を迎えるに至った。

競技会は広島市佐伯区スポーツセンターにおいて、10月３日から10日まで実施し、大会成績は別表の通りであるが、各国の役員、選手は大会を通して、アジアの平和と友好親善に努められ素晴らしい大会として終始した。

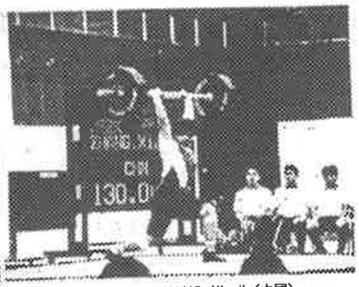
特に、大会運営に於いては、臨戦態勢の中、桜井専務理事の競技運営本部長のもとに、佐野、篠宮理事の両部長と兵庫県協会役員19名及び岡山県、福岡県役員を動員した日本協会メンバーと、HAGOCの系永競技担当、地元日吉会長を始め広島ＷＬ協会役員、そしてボランティアの皆様の活躍により、競技運営に係わる全日程を消化したのである。

大会期間を通じ、準備運営と業務の多忙を窮めたが、一人として落後者もなく立派に業務遂行に徹していただき、世界、アジアの皆様から、さすが広島大会・日本開催だ!!と賞賛を受けた。

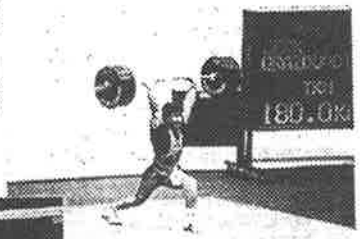
大会運営に携わった多くの方々のご労苦に対しまして、深く感謝の意を表するものである。

女子　76kg級　表彰式　１位HUA Ju（中国）、２位長谷場久美（日本）、３位LIN, Ya Ching（台北）

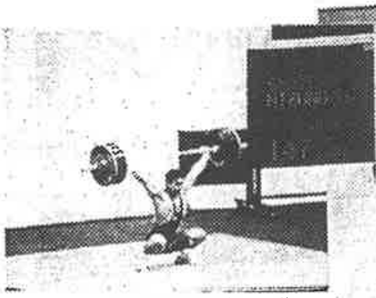
女子　64kg級　高橋百合子　ジャーク３回目　112.5kg　（３位）



女子　83kg級　ZHANG, Xiaoli（中国）　ジャーク２回目　130.0kg（世界記録）



男子　76kg級　優勝　ORAZDURDIEV（トルクメニスタン）　ジャーク１回目　180kg



男子　76kg級　水野英郎（日本）　２位　スナッチ３回目　147.5kg

男子　83kg級　優勝　NIOU（カザフスタン）　スナッチ２回目　170kg

第１２回アジア競技大会

●平成６年１０月３日[女子46Kg級～54Kg級]・４日[女子59Kg級～70Kg級]・５日[女子76Kg級～+83Kg級]・６日[男子54Kg級～59Kg級]
７日[男子64Kg級～70Kg級]・８日[男子76Kg級～83Kg級]・９日[男子91Kg級～99Kg級]・１０日[男子108Kg級～+108Kg級]
●広島市　佐伯区スポーツセンター

女子

46Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	GUAN, HONG	CHN	45.20	75 WR	77.5 WR	80 WS	95 WR	97.5 WR	102.5 WR	80	102.5	182.5 WR
2	NAMGKIREE, S.	THA	45.40	72.5 WS	75 WS	80 WR	92.5 WS	97.5×	97.5 WS	80	97.5	177.5
3	KUNJARANI	IND	45.04	70	72.5 WS	75 ×	92.5 WS	100 WR	105 ×	72.5	100	172.5
4	CHU, NAN MEI	TPE	45.64	67.5	72.5×	72.5×	85	90	92.5×	67.5	90	157.5
5	YU, SHIU FEN	TPE	45.72	62.5	65	67.5×	82.5	85	87.5×	65	85	150
6	斎藤さと美	JPN	45.70	62.5	65	67.5×	80	82.5×	82.5×	65	80	145
	HINTI SLAMET	INA	45.66	70 ×	70 ×	70 ×	85	90	92.5×	0	90	—

50Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	LIU, XIUHUA	CHN	49.24	80 WR	85 WR	87.5 WR	105	107.5	110.5 WR	87.5	110	197.5 WR
2	SUPENI, B.	INA	49.74	75	80 WS	82.5×	100	105 ×	105 ×	80	100	180
3	CHOI, M.	KOR	49.12	75	77.5×	77.5 WS	95 ×	95	100	77.5	100	177.5
4	BOONMONGKOL	THA	49.70	75	80 ×	80 ×	95	97.5	102.5×	75	97.5	172.5
5	ADAK, CHAYA	IND	49.78	75 ×	75	77.5×	95	100 ×	100 ×	75	95	170
6	BASTIYAH	INA	49.04	70	75 ×	75 ×	85 ×	85	90	70	90	160
7	加藤 智子	JPN	49.68	65	70 NS	72.5 NR	85	90 ×	90 ×	72.5	85	157.5 NS
	KUO, C.	TPE	49.98	75 ×	75	77.5×	100 ×	100 ×	100 ×	75	0	—

54Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	ZHANG, JUHUA	CHN	53.74	85	90.5 WR	92.5 WR	105 ×	105	110	92.5	110	202.5 WR
2	MALLESWARI, K	IND	53.38	82.5	87.5	90 ×	102.5	107.5	115 ×	87.5	107.5	195
3	FATMAWATI	INA	53.24	80 ×	80	85 ×	102.5	105 ×	110 ×	80	102.5	182.5
4	OH, SOOK-K.	KOR	52.24	75	77.5	80 ×	95	100	102.5×	77.5	100	177.5
5	BUMMAREAD, R.	THA	53.18	72.5	77.5	82.5×	95	100	105 ×	77.5	100	177.5
6	DAW MI MI	MYA	53.98	67.5	72.5	75 ×	100 ×	100	102.5	72.5	102.5	175
7	佐藤ひろみ	JPN	53.44	75	77.5 NS	80 ×	92.5	97.5×	97.5×	77.5	92.5	170

59Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	CHEN, XIAOMIN	CHN	58.86	90	95	98 WR	115	121 WR	122.5 WR	98	122.5	220 WR
2	SUTA, K.	THA	58.20	82.5	87.5	90	112.5	117.5	122.5×	90	117.5	207.5
3	NOOLAM SETTI	IND	58.18	85	87.5×	87.5×	105	107.5	110	85	110	195
4	KHIN T. AYE	MYA	58.52	80	85 ×	85 ×	110 ×	110 ×	110	80	110	190
5	阿部 真美	JPN	58.78	80	82.5×	85 ×	105 NS	107.5×	107.5 NR	80	107.5	187.5 NS
6	CHEN, J.	TPE	58.38	85 ×	85	87.5×	100	105 ×	105 ×	85	100	185
7	LAISANGBAM, A	IND	58.72	82.5×	82.5	87.5×	102.5	105 ×	105 ×	82.5	102.5	185
8	KANG, H.	KOR	58.62	80	85 ×	85 ×	100 ×	100	105 ×	80	100	180
9	石戸 富子	JPN	58.72	70	72.5	75	95	100 ×	100 ×	75	95	170
	SRIYANI	INA	57.66	82.5	85 ×	85 ×	107.5×	107.5×	110 ×	82.5	0	—

64Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	LEI, LI	CHN	63.68	95	100	102.5 WR	115	120	122.5	102.5	122.5	225
2	KUO, SHU FEN	TPE	63.48	90	92.5	95	110	115	120 ×	95	115	210
3	高橋百合子	JPN	62.92	80	85 NS	87.5 NR	110	112.5×	112.5 NS	87.5	112.5	200 NR
4	CHOI, EUN-JA	KOR	63.16	85 ×	85	87.5×	110	117.5×	117.5×	85	110	195
	WON, SOON-YI	KOR	62.98	85	90	92.5	110 ×	110 ×	110 ×	92.5	0	—

70Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	TANG, WEIFANG	CHN	69.56	95 AR	100.5 WR	102.5 WR	120 AR	125 WR	128 WR	102.5	127.5	230 WR
2	PUTCHARKARN	THA	67.28	92.5 AR	95 AS	101 WR	115 AS	120 AS	125 ×	100	120	220
3	WIN WIN MAW	MYA	70.00	90 ×	90 AS	95 ×	115 AS	122.5 WR	127.5 WR	90	127.5	217.5
4	NI, CHIA PING	TPE	67.18	85	90 AS	92.5 AS	105	112.5	115 ×	92.5	112.5	205
5	KIM, DONG-HEE	KOR	67.56	90 AS	92.5×	92.5×	115 AS	120 ×	120 ×	90	115	205
6	SAINI, J.	IND	66.30	80	85 ×	85	100	102.5	105	85	105	190
7	[illegible]	JPN	69.60	80 ×	80	85 ×	100	105 ×	105 ×	80	100	180

76Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	HUA, JU	CHN	71.48	95	100	105.5 WR	120	125	127.5	105	127.5	232.5
2	長谷場久美	JPN	71.06	87.5×	87.5	90 ×	112.5	117.5 NS	120 NR	87.5	120	207.5 NS
3	LIN, YA CHING	TPE	74.60	85	90	92.5×	110	112.5	115 ×	90	112.5	202.5
4	SRINOK, T.	THA	74.82	85	90 ×	90	112.5	115 ×	115 ×	90	112.5	202.5
5	LAHA, SUNITA	IND	75.82	85	87.5	90 ×	112.5	117.5×	117.5×	87.5	112.5	200
6	KIM, EUN-HA	KOR	71.52	80	85	87.5×	110 ×	110 ×	110	85	110	195

83Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	ZHANG, XIAOLI	CHN	78.75	100	105	108 WR	127.5	130 WR	(中)	107.5	130	237.5 WR
2	CHEN, S.	TPE	82.24	97.5	102.5	107.5 NS	122.5	128 ×	128 ×	107.5	122.5	230
3	CHAIPORN, K.	THA	82.18	85	90	92.5	115 ×	115 ×	117.5	92.5	117.5	210
4	CHI, Y.	KOR	80.58	85	90	92.5×	115	117.5	120 ×	90	117.5	207.5
5	PHYU P. THI	MYA	76.08	85	90 ×	90	115 ×	115	120 ×	90	115	205

+83Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	LI, YAJUAN	CHN	123.02	95	100 ×	105.5 WR	125	130	135	105	135	240
2	CHEN, H.	TPE	93.76	90	95	100 ×	120	125	(中)	95	125	220
3	SINGH, BHARTI	IND	83.18	87.5	90	92.5	112.5	117.5	122.5×	92.5	117.5	210
4	VISUTTIPAT, N	THA	100.46	85 ×	87.5	90	115 ×	115	122.5×	90	115	205
5	KANTAVONG, J.	THA	84.12	80	85 ×	85	105	110	115 ×	85	110	195
6	新井 [illegible]	JPN	84.30	80 NR	85 ×	85 NR	105 NR	110 ×	112.5×	85	105	190 NR
7	SHAMRAOPATKI	IND	98.58	80	82.5×	82.5	100	105	110 ×	82.5	105	187.5
8	KIM, MIN-JUNG	KOR	84.04	77.5	80	82.5×	97.5	102.5	105 ×	80	102.5	182.5
	NAN DWE HTOO	MYA	90.10	85 ×	85 ×	85 ×	(中)	—	—	0	—	—

男子

54Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	LAN, SHIZHANG	CHN	53.86	112.5	117.5×	117.5	145	147.5	153.5×	117.5	147.5	265
2	YANG, BIN	CHN	52.52	117.5×	117.5	122.5×	140 ×	140	145	117.5	145	262.5
3	納富 俊行	JPN	53.48	105	110 ×	110 ×	135	140 NS	142.5×	105	140	245 NR
4	小野寺[illegible]	JPN	53.70	107.5	110 ×	110 ×	127.5×	127.5	132.5×	107.5	127.5	235
5	SUNYANAI, S.	THA	53.12	100	105 ×	105 ×	125	130 ×	130	100	130	230
6	ARSHAD, M.	PAK	53.78	90 ×	90	95 ×	120	127.5	132.5×	90	127.5	217.5
	KO, KWANG-KU	KOR	53.82	115 ×	115	117.5	145 ×	145 ×	145 ×	117.5	0	—
	DUISHOEV, S.	KGZ	53.84	115 ×	115 ×	115 ×	(中)	—	—	0	—	—
	BATSAIHAN, G.	MGL	53.88	100 ×	100 ×	100 ×	(中)	—	—	0	—	—

59Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	CHOI, B.	KOR	58.70	130	135 ×	135 AS	160 ×	160 ×	160	135	160	295 AS
2	TANG, N.	CHN	58.78	122.5	127.5×	127.5	160 ×	160	162.5	127.5	162.5	290
3	池畑 大	JPN	58.32	130 NS	132.5×	132.5×	157.5×	157.5	160 ×	130	157.5	287.5 NS
4	MAINAZAROV, U	KGZ	58.50	120	125 ×	125 ×	152.5	160	(中)	120	160	280
5	TONIAN, GARIK	TKM	58.94	125 ×	125	127.5×	155 ×	155	157.5×	125	155	280
6	HUNSAWONG, S.	THA	58.82	110	115	117.5×	140	145 ×	145 ×	115	140	255
7	RAGHAVAN, C.	IND	58.54	110	115	(中)	137.5	142.5×	145 ×	115	137.5	252.5
8	MYO MYINT	MYA	58.60	105 ×	105 ×	105	135 ×	135	140 ×	105	135	240

64Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	ZHANG, YOUTI	CHN	63.78	135	140 ×	140	152.5	170	175 ×	140	170	310
2	PENG, SONG	CHN	63.48	132.5	137.5×	137.5×	152.5	162.5	165	132.5	165	297.5
3	LIAO, H.	TPE	63.40	122.5×	122.5	127.5	155	162.5	167.5	127.5	167.5	295
4	宮脇 由久	JPN	63.16	137.5	142.5×	146.5×	150	155 ×	155	137.5	155	292.5
5	BUTT, SHAHBAZ	PAK	63.70	110	115	120	152.5	157.5×	157.5×	120	152.5	272.5
6	SALAZAR, J.	PHI	63.18	110	115	120 ×	145 ×	145 ×	145	115	145	260
	NAYAK, N.	BAN	63.14	90	95	100 ×	115 ×	115 ×	115 ×	95	0	—

70Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	ZHAN, XUGANG	CHN	69.70	145 ×	145	150 ×	180	185 ×	185	145	185	330 AR
2	KIM, HAK-BONG	KOR	69.10	137.5×	137.5	142.5	180	185 ×	187.5×	142.5	180	322.5
3	POZEMINE, V.	KAZ	69.22	145	150 ×	150 ×	175	180 ×	180 ×	145	175	320
4	SULEIMANOV, N.	UZB	69.26	125	130 ×	135	165	170	175 ×	135	170	305
5	WU, TSAI FU	TPE	69.42	130	137.5×	137.5	160	167.5	170 ×	137.5	167.5	305
6	BOONMONGKOL	THA	69.68	125 ×	125 ×	125	162.5	165 ×	165 ×	125	162.5	287.5
7	RAI, SATISH	IND	69.70	120	125	127.5	160	165 ×	165 ×	127.5	160	287.5

76Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	GRAZDURDIEV	TKM	75.24	150	155 ×	155	180	185	(中)	155	185	340
2	水野 英雄	JPN	75.26	142.5	147.5×	147.5	177.5	185 ×	185 ×	147.5	177.5	325
3	SHARIPOV, B.	KGZ	75.66	145 ×	145 ×	145	167.5	172.5	175	145	175	320
4	SUMPRADIT, P.	THA	75.52	140	142.5×	145 ×	170 ×	170	172.5	140	172.5	312.5
5	ZARE MAJD, B.	IRI	75.58	135	142.5	145	165	172.5×	175 ×	145	165	310
6	TAGHIPOUR, E.	IRI	75.78	135	142.5×	142.5×	170	177.5×	177.5×	135	170	305

83Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	MIGUL, V.	KAZ	81.60	162.5	170 AS	172.5×	190	195	197.5×	170	195	365
2	LI, YUNNAN	CHN	81.84	160	165 ×	165	190	202.5×	202.5×	165	190	355
3	WANG, Y.	CHN	81.18	150	165	167.5×	187.5	195 ×	185	165	185	350
4	RYBKOULOV, K.	KAZ	82.76	160 ×	160 ×	160	180	187.5	192.5×	160	187.5	347.5
5	YEOM, D.	KOR	82.42	147.5	155 ×	165 ×	185 ×	185	190 ×	147.5	185	332.5
6	TALEBI, ABBAS	IRI	80.56	150	155 ×	155 ×	180	185 ×	185 ×	150	180	330
7	杉山 [illegible]	JPN	81.80	145 NS	150 ×	150 ×	175	187.5×	187.5×	145	175	320

91Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	BARANOV, A.	KAZ	90.18	160	167.5×	167.5	192.5×	192.5	197.5	167.5	197.5	365
2	KHRAPATYI, A	KAZ	89.98	165 ×	165 ×	165	190	197.5	202.5×	165	197.5	362.5
3	CHUN, Y.	KOR	90.60	155	162.5	165 ×	200	205 ×	205 ×	162.5	200	362.5
4	NAKEIZADEH	IRI	87.62	155	160	162.5	195 ×	195	202.5 ×	162.5	195	357.5
5	MOHAMAD, S.	SYR	87.86	142.5×	147.5	152.5	187.5	192.5×	195 ×	152.5	187.5	340
6	比嘉 [illegible]	JPN	90.90	145	150 ×	150 NS	185	192.5×	192.5×	150	185	335 NS
7	CHIANG, MING	TPE	87.88	145	152.5×	152.5×	180	185 ×	185	145	185	330
8	BIGLARI, ALI	IRI	88.08	145	150	155 ×	180	185 ×	185 ×	150	180	330
9	AL RADWAN, N.	KSA	84.04	120 ×	120	130 ×	160	170	175 ×	120	170	290
	MYINT N. OO	MYA	87.92	135	140 ×	140 ×	170 ×	170 ×	170 ×	135	0	—

99Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	KOPYTOV, S.	KAZ	98.02	170 AR	177.5 AR	(中)	205	210 AS	(中)	177.5	210	387.5 AR
2	CHOI, D.	KOR	97.18	160	170 AS	172.5×	202.5	217.5×	217.5×	170	202.5	372.5
3	FROLOV, D.	UZB	98.40	160	165 ×	165	197.5	202.5	205 ×	165	202.5	367.5
4	POPOV, A.	KAZ	91.48	165	170 ×	170 ×	200	205 ×	205 ×	165	200	365
5	HATAMI, R.	IRI	94.50	152.5	160	165 ×	195	207.5×	207.5×	160	195	355
6	CHEIKH, H.	SYR	97.24	142.5×	142.5	147.5×	187.5	192.5×	192.5×	142.5	187.5	330
7	西川 智之	JPN	98.82	140	145	147.5×	180 ×	180 ×	180	145	180	325
8	MOUKALED, H.	LIB	96.74	120	130	132.5×	155	162.5	167.5×	130	162.5	292.5
9	AL QAHTANI, Y.	KSA	98.18	125	132.5	137.5×	160 ×	160 ×	160	132.5	160	292.5
	HWANG, H.	KOR	97.60	160 ×	160 ×	160 ×	(中)	—	—	0	—	—

108Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	CUI, WENHUA	CHN	105.88	175	180 JWS	182.5 JWR	200	205	210	182.5	210	392.5 JWR
2	JUNG, DAE-JIN	KOR	106.74	162.5×	162.5	167.5	212.5 AR	220 AR	227.5×	167.5	220	387.5
3	ZIOANCHINE, R	KAZ	107.30	165	170 ×	170	210	217.5×	217.5 AR	170	217.5	387.5
4	CHUN, S.	KOR	107.82	170	175 ×	175	205	212.5 AS	220 ×	175	212.5	387.5
5	吉本 久也	JPN	107.28	165 NS	170 NR	172.5×	210 NR	215 ×	215 ×	170	210	380 NR
6	JABARI, ALI	IRI	105.20	145	150	155	180	180 ×	190 ×	155	180	335
7	CHOATRISSANA	THA	107.12	135 ×	135	142.5×	165	175 ×	175 ×	135	165	300
	AL QRYANI, A.	KSA	107.40	130	140	145 ×	182.5×	182.5×	182.5×	140	0	—
	AJALI, M.	IRI	107.32	150 ×	150 ×	150 ×	(中)	—	—	0	—	—
	GIZBREKHT, A.	UZB	107.42	170 ×	170 ×	(中)	(中)	—	—	0	—	—

+108Kg級

順位	氏名	国名	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト スナッチ	ベスト ジャーク	トータル
1	KIM, TAE-HYUN	KOR	124.00	180	185 ×	185	225	230	250.5×	185	230	415 AS
2	WEI, TIEHAN	CHN	143.90	180	185	187.5 AR	220	227.5	230 ×	187.5	227.5	415 AS
3	KHALILOV, I	UZB	120.88	167.5×	172.5×	172.5	200	212.5	217.5×	172.5	212.5	385
4	LEIBMAN, G.	UZB	120.74	177.5	182.5×	185 ×	205 ×	205	212.5×	177.5	205	382.5
5	佐野 [illegible]	JPN	110.16	155	160	165 ×	200 ×	200 ×	200	160	200	360
6	CHOU, C.	TPE	108.12	145	152.5	157.5×	182.5	190	195 ×	152.5	190	342.5
7	DELKHOSH, S	IRI	108.22	150 ×	150	157.5×	185	190 ×	190 ×	150	185	335
8	PISARNVAPEE	THA	138.22	145	150	155 ×	170 ×	170	180	150	180	330
9	BIN SAIF, A.	KSA	119.54	140 ×	140	147.5×	165	(中)	—	140	165	305
	TEYMORI, R.	IRI	118.88	175	182.5	185	210 ×	210 ×	210 ×	185	0	—

1994年　後期公認記録表

1995年　1月　1日

男子

- ☆ 日本公認最高記録表
- ☆ ジュニア日本公認最高記録表
- ☆ 大学公認最高記録表
- ☆ 高校公認最高記録表
- ☆ 中学公認最高記録表

女子

- ☆ 日本公認最高記録表
- ☆ 高校公認最高記録表

男子

日本公認最高記録

1995 1 1

階級	種目	記録	氏名	所属	支部	年月日	大会名	開催地
54Kg	スナッチ	112.5	渡辺 博	富士急行(株)	山梨	1993 5 10	第1回東アジア大会	上海
	C&ジャーク	140.0	納富 俊行	[illegible]子高校(教)	兵庫	1994 8 26	第30回近畿社会人選手権大会	下市町
	トータル	245.0	納富 俊行	[illegible]子高校(教)	兵庫	1994 10 6	第12回アジア競技大会	広島市
59Kg	スナッチ	130.0	池畑 大	埼玉工業専門学校	埼玉	1993 11 13	第65回世界選手権大会	メルボルン
	C&ジャーク	160.0	池畑 大	埼玉工業専門学校	埼玉	1994 6 22	第54回全日本選手権大会	世田谷区
	トータル	287.5	池畑 大	埼玉工業専門学校	埼玉	1993 11 13	第65回世界選手権大会	メルボルン
64Kg	スナッチ	140.0	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1994 6 22	第54回全日本選手権大会	世田谷区
	C&ジャーク	160.5	橋 典人	日本大学	北海道	1994 10 31	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	トータル	300.0	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1994 11 20	第66回世界選手権大会	イスタンブール
70Kg	スナッチ	142.5	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1994 10 31	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	C&ジャーク	170.0	堀越 典昭	日本体育大学	栃木	1993 5 11	第1回東アジア大会	上海
	トータル	302.5	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1994 10 31	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
76Kg	スナッチ	147.5	水野 英雄	ユニデン(株)	千葉	1994 10 6	第12回アジア競技大会	広島市
	C&ジャーク	190.0	水野 英雄	ユニデン(株)	千葉	1993 11 18	第65回世界選手権大会	メルボルン
	トータル	330.0	水野 英雄	ユニデン(株)	千葉	1993 10 26	第48回国民体育大会(成年男子)	[illegible]住町
83Kg	スナッチ	145.0	杉山 [illegible]	オサコ建設	静岡	1994 6 23	第54回全日本選手権大会	世田谷区
	C&ジャーク	182.5	西河 [illegible]	自衛隊体育学校	埼玉	1993 11 21	第30回全日本社会人選手権大会	瀬戸市
	トータル	327.5	杉山 [illegible]	オサコ建設	静岡	1994 6 23	第54回全日本選手権大会	世田谷区
91Kg	スナッチ	150.0	村田 和樹	明治大学	兵庫	1993 12 10	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	C&ジャーク	190.0	比嘉 敏彦	沖縄県WL協会	沖縄	1994 6 23	第54回全日本選手権大会	世田谷区
	トータル	335.0	比嘉 敏彦	沖縄県WL協会	沖縄	1994 6 23	第54回全日本選手権大会	世田谷区
99Kg	スナッチ	160.0	西本 寛充	鳥取西工業高校(教)	鳥取	1993 6 27	1993 インターナショナルフレンドシップトーナメント	水上町
	C&ジャーク	207.5	西本 寛充	鳥取西工業高校(教)	鳥取	1993 6 27	1993 インターナショナルフレンドシップトーナメント	水上町
	トータル	367.5	西本 寛充	鳥取西工業高校(教)	鳥取	1993 6 27	1993 インターナショナルフレンドシップトーナメント	水上町
108Kg	スナッチ	170.0	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 10 10	第12回アジア競技大会	広島市
	C&ジャーク	210.0	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 10 10	第12回アジア競技大会	広島市
	トータル	380.0	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 10 10	第12回アジア競技大会	広島市
+108Kg	スナッチ	170.0	富樫 直文	酒田北高校(教)	山形	1994 11 20	第31回全日本社会人選手権大会	いわき市
	C&ジャーク	210.5	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 11 2	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	トータル	377.5	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 9 4	第22回東日本大学対抗選手権大会	横浜市

男子

ジュニア日本公認最高記録

1995 1 1

階級	種目	記録	氏名	所属	支部	年月日	大会名	開催地
54Kg	スナッチ	100.0	元井 裕[illegible]	日本体育大学	千葉	1993 4 3	第14回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	C&ジャーク	135.0	斎藤 和巳	明治大学	兵庫	1993 12 9	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	トータル	232.5	斎藤 和巳	明治大学	兵庫	1993 12 9	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
59Kg	スナッチ	110.0	塚本 誠道	法政大学	秋田	1993 4 3	第14回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	C&ジャーク	145.0	塚本 誠道	法政大学	秋田	1993 12 9	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	トータル	250.0	塚本 誠道	法政大学	秋田	1993 4 3	第14回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
64Kg	スナッチ	132.5	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1993 10 25	第48回国民体育大会(成年男子)	[illegible]住町
	C&ジャーク	150.0	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1993 10 25	第48回国民体育大会(成年男子)	[illegible]住町
	トータル	282.5	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1993 10 25	第48回国民体育大会(成年男子)	[illegible]住町
70Kg	スナッチ	125.0	三宅 義行	日本大学	埼玉	1994 6 22	第54回全日本選手権大会	世田谷区
	C&ジャーク	152.5	中田 凱生	明治大学	山口	1994 4 23	第15回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	270.0	三宅 義行	埼玉栄高校	埼玉	1993 10 26	第48回国民体育大会(少年男子)	[illegible]住町
76Kg	スナッチ	130.0	増井 敬治	明治大学	福島	1994 4 23	第15回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	C&ジャーク	162.5	渡辺 直人	日本大学	山梨	1993 7 20	第53回全日本選手権大会	千葉市
	トータル	287.5	小林 二春	拓殖大学	埼玉	1993 12 9	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
83Kg	スナッチ	135.0	安井 [illegible]	明治大学	大阪	1994 6 23	第54回全日本選手権大会	世田谷区
	C&ジャーク	170.0	安井 [illegible]	明治大学	大阪	1993 6 19	第39回全日本学生選手権大会	東大阪市
	トータル	305.0	安井 [illegible]	明治大学	大阪	1994 6 23	第54回全日本選手権大会	世田谷区
91Kg	スナッチ	140.0	安井 [illegible]	明治大学	大阪	1994 9 4	第22回東日本大学対抗選手権大会	横浜市
	C&ジャーク	175.0	安井 [illegible]	明治大学	大阪	1994 4 24	第15回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	315.0	安井 [illegible]	明治大学	大阪	1994 9 4	第22回東日本大学対抗選手権大会	横浜市
99Kg	スナッチ	142.5	中川 卓也	拓殖大学	三重	1994 12 9	第40回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	C&ジャーク	175.0	佐野 [illegible]	自衛隊体育学校	埼玉	1993 4 4	第14回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	315.0	佐野 [illegible]	自衛隊体育学校	埼玉	1993 4 4	第14回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
108Kg	スナッチ	155.0	佐野 [illegible]	自衛隊体育学校	埼玉	1993 11 20	第65回世界選手権大会	メルボルン
	C&ジャーク	192.5	吉本 久也	法政大学	沖縄	1993 12 19	第7回アジアジュニア選手権大会	石[illegible]町
	トータル	342.5	吉本 久也	法政大学	沖縄	1993 12 19	第7回アジアジュニア選手権大会	石[illegible]町
+108Kg	スナッチ	157.5	小松 政志	日本大学	山形	1994 5 10	1994 インターナショナルフレンドシップトーナメント	ソウル
	C&ジャーク	202.5	吉本 久也	法政大学	沖縄	1993 12 10	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	トータル	355.0	吉本 久也	法政大学	沖縄	1993 12 10	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市

男子

大学公認最高記録

1995 1 1

階級	種目	記録	氏名	所属	支部	年月日	大会名	開催地
54Kg	スナッチ	100.0	元井 裕[illegible]	日本体育大学	千葉	1993 4 3	第14回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	C&ジャーク	135.0	斎藤 和巳	明治大学	兵庫	1993 12 9	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	トータル	232.5	納富 俊行	日本体育大学	兵庫	1993 7 19	第53回全日本選手権大会	千葉市
59Kg	スナッチ	117.5	塚本 誠道	法政大学	秋田	1994 6 22	第54回全日本選手権大会	世田谷区
	C&ジャーク	150.0	斎藤 和巳	明治大学	兵庫	1994 11 8	第40回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	トータル	262.5	塚本 誠道	法政大学	秋田	1994 6 22	第54回全日本選手権大会	世田谷区
64Kg	スナッチ	140.0	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1994 6 22	第54回全日本選手権大会	世田谷区
	C&ジャーク	160.5	橋 典人	日本大学	北海道	1994 10 31	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	トータル	300.0	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1994 11 20	第66回世界選手権大会	イスタンブール
70Kg	スナッチ	142.5	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1994 10 31	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	C&ジャーク	170.0	堀越 典昭	日本体育大学	栃木	1993 5 11	第1回東アジア大会	上海
	トータル	302.5	宮脇 由久	大阪商業大学	鹿児島	1994 10 31	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
76Kg	スナッチ	137.5	浦田 [illegible]	日本大学	秋田	1993 2 18	第16回東日本学生選手権大会	世田谷区
	C&ジャーク	167.5	浦田 [illegible]	日本大学	秋田	1993 2 18	第16回東日本学生選手権大会	世田谷区
	トータル	305.0	浦田 [illegible]	日本大学	秋田	1993 2 18	第16回東日本学生選手権大会	世田谷区
83Kg	スナッチ	137.5	村田 和樹	明治大学	兵庫	1993 9 4	第21回東日本大学対抗選手権大会	横浜市
	C&ジャーク	170.0	安井 [illegible]	明治大学	大阪	1993 6 19	第39回全日本学生選手権大会	東大阪市
	トータル	305.0	安井 [illegible]	明治大学	大阪	1994 6 23	第54回全日本選手権大会	世田谷区
91Kg	スナッチ	150.0	村田 和樹	明治大学	兵庫	1993 12 10	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	C&ジャーク	185.0	比嘉 敏彦	法政大学	沖縄	1993 12 10	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	トータル	330.0	比嘉 敏彦	法政大学	沖縄	1993 12 10	第39回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
99Kg	スナッチ	147.5	金城 [illegible]	明治大学	沖縄	1994 11 1	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	C&ジャーク	182.5	金城 [illegible]	明治大学	沖縄	1994 11 1	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	トータル	330.0	金城 [illegible]	明治大学	沖縄	1994 11 1	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
108Kg	スナッチ	170.0	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 10 10	第12回アジア競技大会	広島市
	C&ジャーク	210.0	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 10 10	第12回アジア競技大会	広島市
	トータル	380.0	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 10 10	第12回アジア競技大会	広島市
+108Kg	スナッチ	160.0	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 11 2	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	C&ジャーク	210.5	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 11 2	第49回国民体育大会(成年男子)	瀬戸市
	トータル	377.5	吉本 久也	法政大学	沖縄	1994 9 4	第22回東日本大学対抗選手権大会	横浜市

男子

高校公認最高記録

1995.1.1

階級	種目	記録	氏名	所属	支部	年月日	大会名	開催地
54Kg	スナッチ	97.5	鎌村 友也	日川高校	山梨	1994 8 9	第41回全国高等学校選手権大会	滑川市
	C&ジャーク	123.0	小島 仁志	村田高校	宮城	1994 10 30	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
	トータル	215.0	宮川 一宏	鳴門工業高校	徳島	1993 10 25	第48回国民体育大会(少年男子)	藍住町
58Kg	スナッチ	107.5	知花 進	浦添高校	沖縄	1994 2 12	近畿選抜大会	明石市
	C&ジャーク	132.5	木村 一彦	相生産業高校	兵庫	1993 12 15	第7回アジアジュニア選手権大会	石狩町
	トータル	235.0	木村 一彦	相生産業高校	兵庫	1994 2 12	近畿選抜大会	明石市
64Kg	スナッチ	113.0	浅井 [illegible]	珠洲実業高校	石川	1994 10 31	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
	C&ジャーク	140.0	浅井 [illegible]	珠洲実業高校	石川	1994 10 31	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
	トータル	252.5	浅井 [illegible]	珠洲実業高校	石川	1994 10 31	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
70Kg	スナッチ	122.5	三宅 敏博	埼玉栄高校	埼玉	1993 10 26	第48回国民体育大会(少年男子)	藍住町
	C&ジャーク	148.0	大谷 広幸	小山[illegible]高校	栃木	1993 10 26	第48回国民体育大会(少年男子)	藍住町
	トータル	270.0	三宅 敏博	埼玉栄高校	埼玉	1993 10 26	第48回国民体育大会(少年男子)	藍住町
76Kg	スナッチ	122.5	鈴木 和興	南部工業高校	沖縄	1994 8 24	第16回日韓ユース大会	[illegible]洲市
	C&ジャーク	157.5	鈴木 和興	南部工業高校	沖縄	1994 4 23	第15回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	277.5	鈴木 和興	南部工業高校	沖縄	1994 4 23	第15回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
83Kg	スナッチ	126.0	鈴木 和興	南部工業高校	沖縄	1994 11 1	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
	C&ジャーク	165.0	鈴木 和興	南部工業高校	沖縄	1994 11 1	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
	トータル	290.0	鈴木 和興	南部工業高校	沖縄	1994 11 1	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
91Kg	スナッチ	130.0	平良 一悦	糸満高校	沖縄	1994 8 12	第41回全国高等学校選手権大会	滑川市
	C&ジャーク	167.5	平良 一悦	糸満高校	沖縄	1994 11 2	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
	トータル	292.5	平良 一悦	糸満高校	沖縄	1994 11 2	第49回国民体育大会(少年男子)	瀬戸市
99Kg	スナッチ	125.0	西村 博恵	水島工業高校	岡山	1993 10 28	第48回国民体育大会(少年男子)	藍住町
	C&ジャーク	163.0	遠山 哲也	小山高校	栃木	1994 8 30	第38回関東選手権大会	千葉市
	トータル	282.5	遠山 哲也	小山高校	栃木	1994 8 24	第16回日韓ユース大会	[illegible]洲市
108Kg	スナッチ	125.0	今岡 和則	出雲農林高校	島根	1994 8 12	第41回全国高等学校選手権大会	滑川市
	C&ジャーク	160.5	今岡 和則	出雲農林高校	島根	1994 8 24	第16回日韓ユース大会	[illegible]洲市
	トータル	285.0	今岡 和則	出雲農林高校	島根	1994 8 12	第41回全国高等学校選手権大会	滑川市
+108Kg	スナッチ	127.5	東江 博昭	南部工業高校	沖縄	1993 6 20	第47回全九州高校大会	[illegible]田町
	C&ジャーク	168.0	東江 博昭	南部工業高校	沖縄	1994 2 12	近畿選抜大会	明石市
	トータル	292.5	東江 博昭	南部工業高校	沖縄	1993 8 11	第40回全国高校選手権大会	小山市

男子

中学公認最高記録

1995.1.1

階級	種目	記録	氏名	所属	支部	年月日	大会名	開催地
46Kg	スナッチ	57.5	山田 政明	荒砥中学校	群馬	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
	C&ジャーク	82.5	山田 政明	荒砥中学校	群馬	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
	トータル	140.0	山田 政明	荒砥中学校	群馬	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
50Kg	スナッチ	55.0	石川 明二	桑中学校	栃木	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	C&ジャーク	72.5	柏本 勝宏	[illegible]用中学校	熊本	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	トータル	122.5	柏本 勝宏	[illegible]用中学校	熊本	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
54Kg	スナッチ	65.0	石川 明二	桑中学校	栃木	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
	C&ジャーク	80.0	石川 明二	桑中学校	栃木	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
	トータル	145.0	石川 明二	桑中学校	栃木	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
58Kg	スナッチ	72.5	伊藤 政民	羽黒中学校	山形	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	C&ジャーク	110.0	[illegible] 怜	[illegible]田西中学校	広島	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	トータル	187.5	赤坂 利幸	桑中学校	栃木	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
64Kg	スナッチ	95.0	中嶋 雅典	大胡中学校	群馬	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	C&ジャーク	115.0	中嶋 雅典	大胡中学校	群馬	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	トータル	210.0	中嶋 雅典	大胡中学校	群馬	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
70Kg	スナッチ	80.0	柏崎 [illegible]明	桑中学校	栃木	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	C&ジャーク	105.0	諏訪 忠	[illegible]城中学校	熊本	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	トータル	185.0	諏訪 忠	[illegible]城中学校	熊本	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
76Kg	スナッチ	80.0	小野寺 大樹	士別中学校	北海道	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
	C&ジャーク	97.5	小野寺 大樹	士別中学校	北海道	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
	トータル	177.5	小野寺 大樹	士別中学校	北海道	1994 8 15	第8回全国中学選手権大会	大阪市
83Kg	スナッチ	60.0	斉藤 [illegible]	小高中学校	福島	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	C&ジャーク	70.0	斉藤 [illegible]	小高中学校	福島	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	トータル	130.0	斉藤 [illegible]	小高中学校	福島	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
+83Kg	スナッチ	82.5	宮崎 広[illegible]	塚沢中学校	群馬	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	C&ジャーク	100.0	宮崎 広[illegible]	塚沢中学校	群馬	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市
	トータル	182.5	宮崎 広[illegible]	塚沢中学校	群馬	1993 8 25	第7回全国中学選手権大会	沼田市

女子

日本公認最高記録

1995.1.1

階級	種目	記録	氏名	所属	支部	年月日	大会名	開催地
46Kg	スナッチ	67.5	斎藤 さと美	日本体育大学	東京	1993 5 29	第7回全国女子選手権大会	倉敷市
	C&ジャーク	85.0	斎藤 さと美	日本体育大学	東京	1993 5 29	第7回全国女子選手権大会	倉敷市
	トータル	152.5	斎藤 さと美	日本体育大学	東京	1993 5 29	第7回全国女子選手権大会	倉敷市
50Kg	スナッチ	72.5	加藤 智子	埼玉短期大学(教)	埼玉	1994 10 3	第12回アジア競技大会	広島市
	C&ジャーク	87.5	加藤 智子	埼玉短期大学(教)	埼玉	1993 11 13	第7回世界女子選手権大会	メルボルン
	トータル	157.5	加藤 智子	埼玉短期大学(教)	埼玉	1993 11 13	第7回世界女子選手権大会	メルボルン
54Kg	スナッチ	77.5	佐藤 ひろみ	秋田市役所	秋田	1994 5 9	1994インターナショナルフレンドシップトーナメント	ソウル
	C&ジャーク	95.0	植村 ひろみ	(財)京都府体育協会	京都	1993 6 26	1993インターナショナルフレンドシップトーナメント	水上町
	トータル	172.5	佐藤 ひろみ	秋田市役所	秋田	1994 5 9	1994インターナショナルフレンドシップトーナメント	ソウル
59Kg	スナッチ	87.5	高橋 百合子	埼玉短期大学(職)	埼玉	1994 11 19	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	C&ジャーク	107.5	阿部 典[illegible]	日本体育大学	埼玉	1994 10 4	第12回アジア競技大会	広島市
	トータル	195.0	高橋 百合子	埼玉短期大学(職)	埼玉	1994 11 19	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
64Kg	スナッチ	87.5	高橋 百合子	埼玉短期大学(職)	埼玉	1994 10 4	第12回アジア競技大会	広島市
	C&ジャーク	112.5	高橋 百合子	埼玉短期大学	埼玉	1993 5 30	第7回全国女子選手権大会	倉敷市
	トータル	200.0	高橋 百合子	埼玉短期大学(職)	埼玉	1994 10 4	第12回アジア競技大会	広島市
70Kg	スナッチ	93.0	長谷場 久美	埼玉栄高校(教)	埼玉	1994 11 20	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	C&ジャーク	115.0	長谷場 久美	埼玉栄高校(教)	埼玉	1993 11 17	第7回世界女子選手権大会	メルボルン
	トータル	207.5	長谷場 久美	埼玉栄高校(教)	埼玉	1993 11 17	第7回世界女子選手権大会	メルボルン
76Kg	スナッチ	90.0	長谷場 久美	埼玉栄高校(教)	埼玉	1994 8 24	第8回全国女子選手権大会	世田谷区
	C&ジャーク	120.0	長谷場 久美	埼玉栄高校(教)	埼玉	1994 10 5	第12回アジア競技大会	広島市
	トータル	207.5	長谷場 久美	埼玉栄高校(教)	埼玉	1994 8 24	第8回全国女子選手権大会	世田谷区
83Kg	スナッチ	82.5	新井 [illegible]	埼玉短期大学	埼玉	1994 11 20	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	C&ジャーク	107.5	新井 [illegible]	埼玉短期大学	埼玉	1994 11 20	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	トータル	190.0	新井 [illegible]	埼玉短期大学	埼玉	1994 11 20	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
+83Kg	スナッチ	85.0	新井 [illegible]	埼玉短期大学	埼玉	1994 10 5	第12回アジア競技大会	広島市
	C&ジャーク	105.0	新井 [illegible]	埼玉短期大学	埼玉	1994 10 5	第12回アジア競技大会	広島市
	トータル	190.0	新井 [illegible]	埼玉短期大学	埼玉	1994 10 5	第12回アジア競技大会	広島市

女子

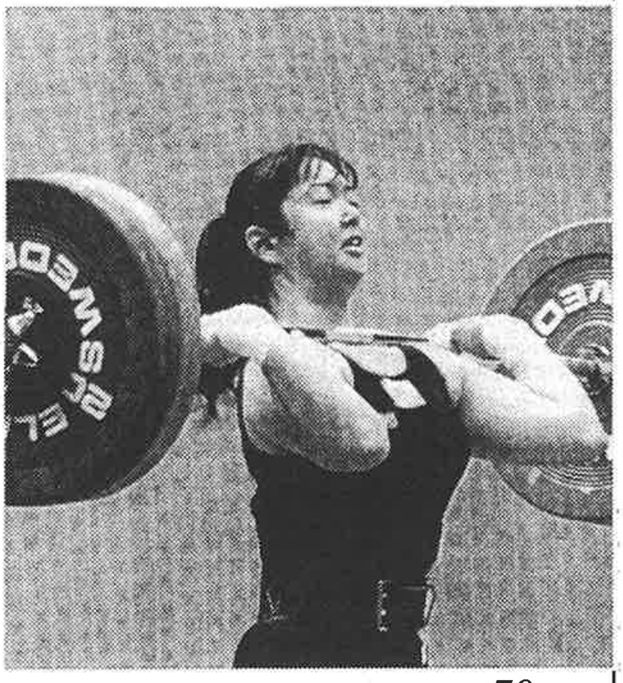
高校公認最高記録

1995.1.1

階級	種目	記録	氏名	所属	支部	年月日	大会名	開催地
46Kg	スナッチ	62.5	二柳 かおり	埼玉栄高校	埼玉	1994 11 18	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	C&ジャーク	77.5	二柳 かおり	[illegible]田高校	滋賀	1994 2 12	近畿選抜大会	明石市
	トータル	140.0	二柳 かおり	埼玉栄高校	埼玉	1994 11 18	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
50Kg	スナッチ	62.5	高市 [illegible]子	尼崎小田高校	兵庫	1993 5 29	第7回全国女子選手権大会	倉敷市
	C&ジャーク	77.5	佐々木 香奈子	埼玉栄高校	埼玉	1994 8 22	第8回全国女子選手権大会	世田谷区
	トータル	137.5	佐々木 香奈子	埼玉栄高校	埼玉	1994 6 22	第8回全国女子選手権大会	世田谷区
54Kg	スナッチ	65.0	諏訪 治子	鎮西高校	熊本	1993 5 28	第7回全国女子選手権大会	倉敷市
	C&ジャーク	85.5	諏訪 治子	鎮西高校	熊本	1993 11 20	わかしゃち国体記念杯女子大会	瀬戸市
	トータル	150.0	諏訪 治子	鎮西高校	熊本	1993 5 29	第7回全国女子選手権大会	倉敷市
59Kg	スナッチ	67.5	諏訪 治子	鎮西高校	熊本	1994 11 19	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	C&ジャーク	95.0	大竹 真穂	埼玉栄高校	埼玉	1994 11 19	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	トータル	157.5	諏訪 治子	鎮西高校	熊本	1994 11 19	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
64Kg	スナッチ	67.5	佐藤 志穂	羽黒高校	山形	1993 11 20	わかしゃち国体記念杯女子大会	瀬戸市
	C&ジャーク	90.0	大竹 真穂	埼玉栄高校	埼玉	1994 6 24	第8回全国女子選手権大会	世田谷区
	トータル	152.5	仲西 真理	沖縄尚学高校	沖縄	1993 11 20	わかしゃち国体記念杯女子大会	瀬戸市
70Kg	スナッチ	70.0	小林 由貴子	埼玉栄高校	埼玉	1994 11 20	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	C&ジャーク	85.0	佐藤 志穂	羽黒高校	山形	1994 8 24	第8回全国女子選手権大会	世田谷区
	トータル	152.5	佐藤 志穂	羽黒高校	山形	1994 8 24	第8回全国女子選手権大会	世田谷区
76Kg	スナッチ	73.0	高橋 沙弥香	埼玉栄高校	埼玉	1994 11 20	ふくしま国体記念杯女子大会	いわき市
	C&ジャーク	97.5	新井 [illegible]	埼玉栄高校	埼玉	1993 3 27	第8回全国高校選抜大会	瀬戸市
	トータル	170.0	新井 [illegible]	埼玉栄高校	埼玉	1993 3 27	第8回全国高校選抜大会	瀬戸市
83Kg	スナッチ	80.0	新井 [illegible]	埼玉栄高校	埼玉	1993 11 21	わかしゃち国体記念杯女子大会	瀬戸市
	C&ジャーク	105.0	新井 [illegible]	埼玉栄高校	埼玉	1993 11 21	わかしゃち国体記念杯女子大会	瀬戸市
	トータル	185.0	新井 [illegible]	埼玉栄高校	埼玉	1993 11 21	わかしゃち国体記念杯女子大会	瀬戸市
+83Kg	スナッチ	70.5	山下 周子	大阪工業大学高校	大阪	1994 8 27	第27回近畿高等学校選手権大会	大淀町
	C&ジャーク	92.5	山下 周子	大阪工業大学高校	大阪	1994 8 27	第27回近畿高等学校選手権大会	大淀町
	トータル	162.5	山下 周子	大阪工業大学高校	大阪	1994 8 27	第27回近畿高等学校選手権大会	大淀町

Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング



1998 No. 70

(社)日本ウエイトリフティング協会会報

日本ウエイトリフティング協会初めての「60年史発刊」

1997.10.30

日本ウエイトリフティング協会60年史が、計画より遅れましたが昨年10月末、編集発刊されました。

協会が全国都道府県に依頼し、協会60周年（創立昭和12年／1937年）を編集中のところ、このほど協会限定版として、藍色、Ａ４版の体裁で発刊したものです。

内容は「協会沿革」「60年の歩み」、協会・全国都道府県・各種大会（一般、大学、高校、中学）の男女記録、国際大会（オリンピック、アジア大会、世界選手権大会等）記録を編集したもので、今までに関係団体等の絶大な御協力によりまして、600部相当が発送されました。

事務局にはまだ部数もございます。どうか御希望がございます方は、別記申込要領にて御連絡くださいますよう御案内いたします。（限定版になっております。個人、団体で是非一冊は御購入下さい）

協会６０年史購入申込書

平成　　年　　月　　日

下記部数の購入を申し込みます

購入部数　　　部

金　額　　　円

送り先住所（都道府県名よりご記入ください）

〒

都道府県

市　郡

町　村

TEL　－　－

様

記

1．金　額　一部　10,000円

2．振込先

富士銀行　渋谷支店

普通預金口座

口座番号　2289753

名　義　社団法人　日本ウエイトリフティング協会　林　克也

振込は、都道府県名・お名前を必ず入れて下さい。

1997年度　世界マスターズ大会記録

（日本代表選手）

1　出場選手の記録及び順位（国別順位は４７か国参加で日本国は第７位入賞）

	出場級	選手名	スナッチ	ジャーク	トータル	順位
1	54kg級Ⅲ	鈴木　幸広（東京都）	70.0	85.0	155.0	優勝
2	59kg級Ⅴ	新居田耕三（京都府）	55.0	72.5	127.5	第3位
3	59kg級Ⅳ	関野　武（大分県）	60.0	70.0	130.0	第4位
4	59kg級Ⅲ	砂辺　勇（沖縄県）	0	－	－	－
5	64kg級Ⅲ	田島　俊信（大阪府）	77.5	90.0	167.5	優勝
6	70kg級Ⅴ	古賀　弘（長野県）	80.0	107.5	187.5	優勝
7	70kg級Ⅳ	佐藤　譲（大分県）	65.0	75.0	140.0	第5位
8	70kg級Ⅲ	金子　耕二（大阪府）	102.5	130.0	232.5	優勝
9	76kg級Ⅴ	柴坂　錦七（東京都）	55.0	70.0	125.0	第7位
10	76kg級Ⅴ	前川　正喜（北海道）	72.5	92.5	157.5	第4位
11	76kg級Ⅱ	藪田　雄一（神奈川県）	90.0	117.5	207.5	第3位
12	76kg級Ⅰ	平原　孝二（東京都）	90.0	120.0	210.0	第4位
13	83kg級Ⅳ	鈴木　浩司（三重県）	90.0	117.5	207.5	第3位
14	83kg級Ⅲ	渡辺　建治（大分県）	90.0	102.5	192.5	第4位
15	83kg級Ⅰ	大沢　春彦（青森県）	105.0	125.0	230.0	第4位
16	91kg級Ⅶ	武藤　久太（大分県）	57.5	60.0	117.5	第3位
17	91kg級Ⅰ	上田　登（京都府）	100.0	125.0	225.0	第6位
18	99kg級Ⅳ	大森　康正（京都府）	80.0	120.0	200.0	第4位
19	108kg級Ⅱ	下坂　義昭（秋田県）	120.0	155.0	275.0	優勝

2　新記録の樹立関係

次の各選手の世界新記録の樹立が認められました。

(1) 鈴木　幸広選手（東京都）54kg級Ⅲに出場

S 70.0 …世界新（ドイツのフェチター選手が1997.3.25 オーストリアのヘルム・ヨーロッパマスターズで樹立した65.0を書き替えたもの。）

J 85.5 …世界新（ハンガリーのカスザ選手が1997.3.25 オーストリアのヘルム・ヨーロッパマスターズで樹立した85.0を書き替えたもの。）

T 155.0 …世界新（ハンガリーのカスザ選手が1995.8.30 ウィーンの世界マスターズで樹立した150.0 を書き替えたもの。）

(2) 古賀　弘選手（長野県）70kg級Ⅴに出場

J 107.5 …世界新（アメリカのイマハラ選手が1997.7.25 ペルトリコのファンコスで樹立した105.5 を書き替えたもの。）

(3) 金子　耕二選手（大阪府）70kg級Ⅲに出場

J 131.0 …世界新（ドイツのゲート選手が1995.8.30 ウィーンの世界マスターズで樹立した130.5 を書き替えたもの。）

「力」の民話・伝説（4）　—高知県の巻—

JWA会長
日本大学教授　林　克也

全国各地に伝わる「大力持ち」の民話・伝説はいろいろで、調べると仲々おもしろい。大力の現わし方には、

1．牛に米など荷をつけて通ると橋の上で殿様の行列に出会い、牛ごと橋の外にささげて行列を通す。

2．田を耕すのに牛にかわって耕す。

3．竹やぶの竹を草のように引き抜いた。

4．鳥居の笠石を一人で持ちあげる。

5．竹をすごいて、ふんどしにした。

などがある。

この種の話に出てくる土佐の大力持ちでは、「窪川の万六」「戸波の半七」「深淵の半四」の名が良く知られている。

作秋、私はこれら伝説中の人物を調べたいと思い、高知県ウェイト・リフティング協会に連絡したところ、理事長の梅田正幸氏が空港に出迎えてくれた。当日、早速土佐市内の県立図書館に出向いたところ、元高知県相撲連盟会長であり大学教授でもあった郷土史家の近藤勝氏が恐縮にも私を待っていて下さった。

氏は「力石」が、年々姿を消していくことを心配し、力石の永久保存を願い「力石は訴える」〈発行所　南の風社〉を書に著わしている。

私の高知訪問は当初、県内の民話・伝説の調査にあり、その報告を行うことであったが氏の著書を手にし、話を伺っているうちに、本稿の内容は力石がポイントとなつた。

磐（盤）持ちの復活

日本全国各地にはそれぞれ独自の伝統芸能・文化が永く引き継がれてきたが、戦後その多くが失われたり忘れ去られた経過がある。

力石も例外でなく、その大部分が消失してしまい、力技を競った磐持ちや俵差しなどの各種行事や記録は今や残っているものが少ない。

然し、幸いなことに近年、各地にて磐持ちなどの力自慢、力競らべがおこなわれているという。

最近私のもとには、我が協会傘下の支部協会より、磐持ち大会の模様を伝える新聞の切抜きが送られてきているが、これら行事が復活しつつあることの証明であろう。

高知県内でも数年前より祭りの神社の境内で力石を使って、男女を問わずの力自慢が雄たけびと声援のなか、競っている様子が度々報道されるようになつたという。

力石

力石は一般的呼称で、淡路島、岐阜、北陸地方では「磐持ち石」と呼んでいる。

力石はもともと、軽く持ちあがれば病気が全快、重ければなかなか治らないなど、力石で〈石占い〉をしたものであるが、信仰の衰退とともに若者の盤持ち用に転化されたものである。

磐持ちは、宝永年間（1700年）頃から神社の境内、村境、集会所のそばなどに置かれ、少年時代から鍛練を重ね、置かれている力石を持ちあげられれば一人前の証明となった。又、若者達の間では素朴な力競べ、娯楽としても全国的に実施されていたのである。

高知県下に今に残っているいくつかの力石は、土佐町相川の地蔵堂、南国市内の国分寺香我美町岸本の嶺本神社、本山町上関の相撲場わき、中村市下田の貴船神社などに現存している。神田神社（土佐清水市下ノ加江）境内には大小２個の力石あり、大は32貫（120kg）、小は24貫（90kg）であり、大の方は花崗石、小の方が砂岩である。古老の話では大きい力石はとても駄目だが、小の方は神祭の時にはこれを担ぎ土俵を一周したとのことである。

浜田の泊り宿

泊り屋の力石

高知県内の幡多郡に散在する「泊り屋」は力石を語る上で欠かすことのできない施設である。そのなかの一つである「芳奈の泊り屋」の前に説明文が掲示されていたので、その内容と「浜田の泊り屋」の写真（別掲）を以下紹介する。

「幕末から、明治、大正にかけて、幡多の各地に180ヶ所あった泊り屋も、今ではこの芳奈に４ヶ所を残すだけとなった。

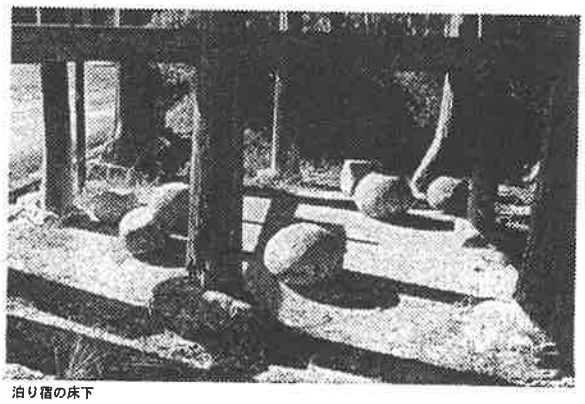
泊り屋は別名やぐらともいわれ、戦国時代の一村一域の頃、見張りのために建てられたやぐらがその起源であるといわれている。そのためか、すべての集落の入口から中央の見張らしのよい所に建てられていた。

この泊り屋は、集落の警備や若衆の夜なべ、娯楽、研修、或は社交の場となり、幕末降全盛を極めたが、明治末年頃より夜学が盛んとなって、床の低い公会堂に改築され、或は風紀を乱すという理由でつぎつぎにこわされていった。

わずかに残った芳奈の泊り屋は、昔の若衆組の研究資料として、又浜田の泊り屋は、昭和３２年、国指定の重要民俗資料となり、他の下組、靴抜、道の川の泊り屋はともに県の文化財の指定を受けて保護されている。」

浜田の泊り屋は、９尺４方、木造高床式の平屋建てで屋根は入母屋造りで桟瓦葺である。明治14・15年頃の改築で、４隅には比して部屋は小さくし、屋根の勾配をゆるく、軒先には僅かに反りをもたせ、いかにも美しく、しかも安定した風格のある姿で、幡多の各地にあった泊り屋の中でも最高クラスのものである。

他３ヶ所の泊り屋もすべて木造高床式平屋で１間半に２間、下組の泊り屋は柱も自然木を使い、屋根は切妻、杉皮葺で明治中期のもの、靴抜と道の川の泊り屋は柱４角、屋ねは瓦葺きで明治末と大正初期のものである。



泊り宿の床下

これらの各泊り屋の床下には若衆達が娯楽として使用した数戸ずつの力石が今も残っている。

浜田の泊り屋（宿毛市山奈町芳奈・重要有形民俗文化財）の床下には、大いのが約30貫（約103kg）ちいさいのが約20貫（約75kg）、大小７個が保存されている。

芳奈の泊り屋（宿毛市山奈町奈）の床下には、丸型と角型の２個が保存されているが、角型の力石は碁盤を大きくした石盤で大変珍しい、重量は丸型は約30貫、角型が40貫（150kg）以上である。

土佐一番の日本嶽万治

江戸時代から昭和初期まで高知県下の若者は祭りや休みを利用して、盛んに磐持ちに挑んでいたようだ、少なくなってしまったとはいえ県内に残る力石がそのことを物語っている。

高知市内の麦山にある荒神様の境内にも28貫（105kg）と32貫（120kg）の力石が保存されている。古老曰くには、当時28貫の方は担ぐ者がざらにいた由である。

力自慢の土地柄の故に怪力話には愉快なものが多い。

「千人力の中西権八」「豪力長左衛門」その他二淀川次郎兵衛、楠瀬文衛門、伊藤関右衛門、伊藤清太兵衛等々怪力者の名をあげだしたら切りが無い程である。そこで土佐一番の怪力者、日本嶽万治こと和田万治を代表にして取りあげる。

土佐役場の玄関そばに二つの大きな石が、立派な台座の上に飾られている。そのうちの一つは先に出てくる清太兵衛が担いだとされる120貫（450kg）の「清太兵衛洗足石」であり、もう一つが「日本嶽万治の磐持石」である。

なみはや国体で表彰する林会長（筆者）

洗足石の方は450kgという重量から伝説の域を出ないと思うので、日本嶽万治の力石について、台座に彫られた文字で紹介する、

「日本嶽万治の磐持石、笹ヶ谷２番邸、和田貞右門長男万治、明治12年７月８日生、明治35年23才の時かつぐ、重量187.5kg（50貫）」と記されている。

この力石は、もとは土佐町南泉の吉野にあったとのことである。吉野の道ばたの少し広いところに置かれたこの磐持石を、「力石は訴える」の著者は、血気盛んで元気いっぱいの若きころ、人のいないのを見はらかって、何回か持ちあげようとしたが動かすことが出来ず、そのたびに日本嶽の怪力ぶりがひとしを懐かしく、かつ恋しく思われ、若き血潮がとめどなく躍ったと語っている。

因に氏は、若い頃から相撲に取り組み、地元の師範学校、東京高等師範、東京文理科大学時代は学生相撲で活躍、現在満７５才にかかわらず、堂々たる体型は青年時代の力豪ぶりを彷ふつとさせるものがある。

三宅義信氏紫綬褒章受章

（平成９年11月３日）

三宅義信副会長は（社）日本ウエイトリフティング協会の役員選手として長年の間その発展特に東京・メキシコオリンピック大会フェザー級（60kg）２連勝の基礎となった、三宅式スクワット技術の開発等学術や芸術で発明、改良、創作の顕著な功績により、昨年紫綬褒章を受章された。

先般１月30日（金）その祝賀会が都内信濃町にある明治記念館で、ＪＯＣ、防衛庁、大学ＷＬ及び三宅氏ゆかりの方々、ＩＷＦ役員は勿論、支部会長、理事長が全国各地からかけつけて盛会裡に実施された。

祝賀会は（社）日本ウエイトリフティング協会会長林克也が発起人になったもので、当日はかっての同僚遠藤幸男氏、小野清子氏（体操）もかけつけ当時（選手時代）をなつかしむ祝辞が述べられた。

花束贈呈では現役女子選手を代表して今岡益美、松宮紅美江さんから三宅氏に送られ御夫婦の長年の御苦労をねぎらった。

今岡益美選手から花束をうける三宅義信氏

ニュースコーナー

ヤンコ・ルセフコーチ39才の誕生日を祝う

社長とヤンコ・ルセフ、左は桜井専務理事（いけだ屋）

夕食会参加メンバー　1997年タイ世界選手権日本代表　納葛選手、吉本選手、冨永選手（ヤンコ・ルセフ横宮路選手）

Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング

JORNAL OF WEIGHTLIFTING

ウエイトリフティング研究紀要

平成12年3月

特別研究号　2000年　No.76

(社)日本ウエイトリフティング協会会報

ウエイトリフティング競技におけるデータベースシステムの実際
——— 国際競技会用ネットワークシステムの構築 ———

菊地俊美[1)]　園家恭一[2)]　笠原由紀子[3)]

はじめに

ウエイトリフティング競技はスナッチとクリーン&ジャークの2種目からなり、それぞれ3回の試技が認められている。その試技間の持ち時間は現行のルールでは1分間が認められているが、そもそもは3分間であったのが、度重なるルールの改定に伴い徐々に短縮されてきた経緯がある（3分から2分になり、そして1分30秒となって現在は1分間）。この試技時間の短縮によって競技会の運営はスピーディーになってきたが、反面、競技を運営する側の進行処理に迅速性と正確性が希求されるようになった。それと同時に重要視されてきたのが、試技重量の受付から試技順を決定する過程の処理能力の速さと、その結果を即座に選手側に周知させる速報性である。

また、試技時間の短縮による影響は競技会運営にとどまらず、ウォーミング・アップの進行にも多大な影響を及ぼすことになった。試技の進行が早まることは、ウォーミング・アップの進行にもより厳密な状況判断が求められることであり、最良のコンディションをつくるためには、自己の試技順を正確に把握することが不可欠の要件となったのである。このためには、先に述べたように一つの試技が終了し、新たな重量の申込があった時点での試技順の決定と周知は、選手側にとってはコンディションの調整とともに、相手の試技重量を察知するための重要な情報授受となるからである。

しかしながら、これらの要望を満たすためには従来からの手作業方式の運営では、国際大会はもとより国内大会でも対応しきれなくなっているのが現状である。

特に、重量変更の回数が1試技につき2回まで可能になった関係から、重量の増減が頻繁に行われるようになり、その度に試技順が変ってくる。この処理を間違うと試技順に狂いが生じ、競技進行に混乱が発生することになる。

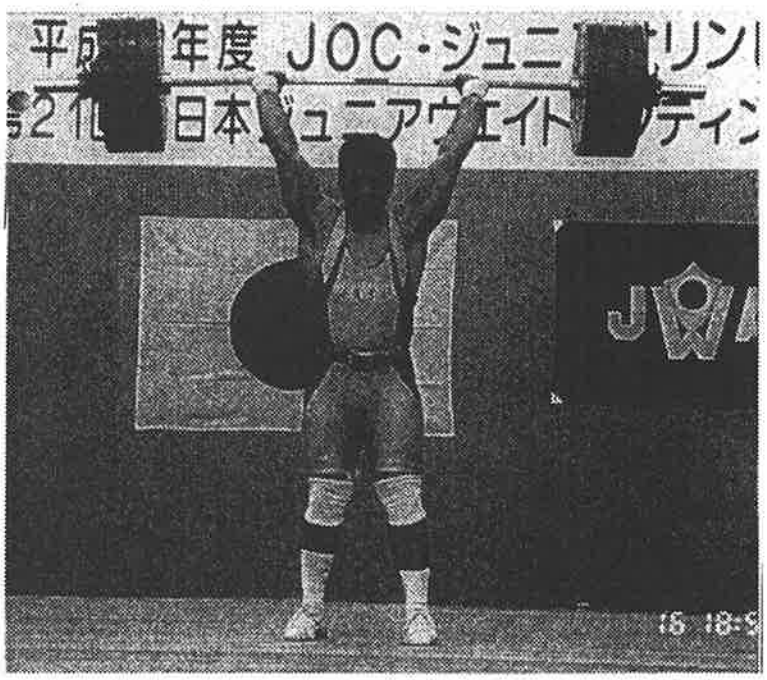
刻々変化する進行状況をモニタを通して周知させることは、選手のコンディション調整と競技の円滑化からも必要であり、この課題を解決するためには必然的にコンピュータの活用が必要となってくる。

そこで本研究のねらいは、競技運営の要である競技進行と成績管理をシステム化し、それらの結果が競技役員ならびに選手やコーチ達にリアルタイムで提供できる、コンピュータネットワークシステムを構築することである。

1）日本大学工学部　〒963-8642　福島県郡山市田村町徳定字中河原1
2）兵庫県立舞子高校　〒655-0004　兵庫県神戸市垂水区学が丘3-2
3）ハーモナイズテクニカルサポート　〒165-0026　東京都中野区新井1-14-16

Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング



2001 No. 80

平成１２年度文部大臣杯

第４６回全日本大学対抗ウエイトリフティング選手権大会
法政見事な逆転「４連覇」
第１回大会女子種目「日本体育大学優勝」

２０世紀最後を飾る第４６回大学対抗（一部）戦が、横浜市磯子区「磯子スポーツセンター」で１２月７日（木）～９日（金）の３日間男子一部校１０校、第１回目となる女子は４校が参加して熱戦が展開された。

男子は重量級に勝機を賭ける法政大と各クラスでムラなく得点した日大の予想通りの戦いとなり、＋１０５kg まで優勝争いが持込まれた。

実力伯仲の日体大福田と法政が誇る塵添、天野の争いはスナッチで福田リード、ジャークでも３本目１８５kg を差し切ったが惜しくもリングサイドにバーベルを落とし２枚看板の法政の４連覇が確実となった。

見事な競技展開をした法大は４年連続の逆転で選手は勿論、平良監督の絶妙な戦術、戦法は実に立派だった。

大会終了後、来年は法大の５連覇と総合的に戦える力を付けてもらいたいとの要望があった。

4連覇の法政大学チームと関係者の皆様

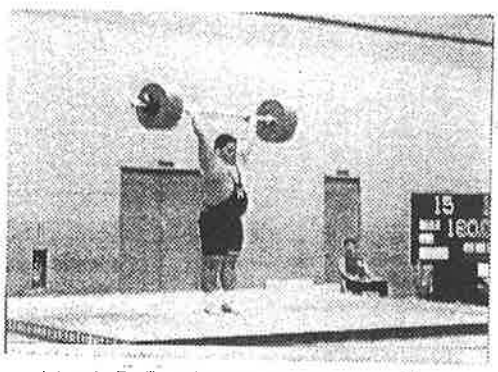
オリンピック選手菊妻（明大）第2位をやぶり、堂々初優勝の山田（日体大）、第3位片平（明大）

第2位の原（明大）に45kg離し、堂々優勝した今村（日大）、第3位清水（拓大）（右）

今回から白熱しすぎた声援に統制指導が行われ各大学、選手の活躍を拍手で応援した。
21世紀を来年にひかえ大学対抗戦は応援でも日本ウエイトリフティング界をリードしたのは立派だった。
最後に全国各地からこの大会のため、役員として参加下さいました諸先生方に学生連盟より感謝申し上げます。

85kg級完全優勝の木曽川選手

105kg級 法大主将として330kg自己最高記録で重責を全うした園山選手



＋105kg級で常に原動力となり4連覇をもたらした屋嘉選手

第1回全日本大学対抗戦（女子団体）

日本体育大学初優勝成る

大学女子の団体戦は、2000年のシドニーオリンピック大会ウエイトリフティング競技初参加を記念して、スタートした。本大会では、日体大、平成国際大との優勝争いが予想された。特に63kg級の平良朝美（日体）、影山美野（平国大）、有吉光代（立命大）の直接対決となる勝敗が団体順位と決する形となり、結果は、日体大の平良がスナッチで2人を2．5kg離し、ジャークでも5kg離し堂々優勝した。本命であった影山（平国大）は十分に実力が発揮できず、有吉（立命大）にも体重差で敗れ第3位に甘んじた。
団体戦では、4階級に優勝した、日体大が記念すべき第1回の全日本大学対抗戦女子団体の優勝を飾った。

女子団体初優勝に喜ぶ日体大チーム

日本公認最高記録

男子

2001 1 1

階級	種目	記録	氏名	支部	所属	年月日	大会名	開催地
	スナッチ	105.0	河井 健二	島根	(財)出雲ドーム	1998 10 25	第53回国民体育大会(成年男子)	真鶴町
53Kg	C&ジャーク	130.0	上原 不二男	沖縄	糸満市公共施設管理センター	2000 10 15	第55回国民体育大会(成年男子)	滑川市
	トータル	235.0	上原 不二男	沖縄	糸満市公共施設管理センター	2000 10 15	第55回国民体育大会(成年男子)	滑川市
	スナッチ	115.0	田隅 弘毅	神奈川	日栄商品興業(株)	1999 11 22	第70回世界選手権大会	アテネ
56Kg	C&ジャーク	145.0	留奥 展司	兵庫	明治大学	2000 9 16	第27回オリンピック競技大会	シドニー
	トータル	255.0	田隅 弘毅	神奈川	日栄商品興業(株)	1999 11 22	第70回世界選手権大会	アテネ
	スナッチ	135.0	池畑 大	鹿児島	池畑モータース	2000 9 17	第27回オリンピック競技大会	シドニー
62Kg	C&ジャーク	165.0	池畑 大	東京	(株)田中自動車整備工場	1998 6 12	第58回全日本選手権大会	いわき市
	トータル	300.0	池畑 大	鹿児島	池畑モータース	2000 9 17	第27回オリンピック競技大会	シドニー
	スナッチ	150.0	宮崎 由久	鹿児島	(株)渕脇建設	2000 5 3	第32回アジア選手権大会	大阪市
69Kg	C&ジャーク	175.0	宮崎 由久	鹿児島	(株)ハウリング渕脇	1998 6 12	第58回全日本選手権大会	いわき市
	トータル	325.0	宮崎 由久	鹿児島	(株)渕脇建設	2000 5 3	第32回アジア選手権大会	大阪市
	スナッチ	147.5	三宅 義博	埼玉	自衛隊体育学校	2000 11 18	第37回全日本社会人選手権大会	柴田町
77Kg	C&ジャーク	160.0	宮崎 由久	鹿児島	(株)渕脇建設	2000 6 24	第60回全日本選手権大会	上尾市
	トータル	322.5	村田 豊高	富山	スーパーしまかわ	1999 11 22	第27回全日本実業団選手権大会	滑川市
	スナッチ	155.5	鈴木 和典	埼玉	自衛隊体育学校	2000 10 17	第55回国民体育大会(成年男子)	滑川市
85Kg	C&ジャーク	195.5	鈴木 和典	埼玉	自衛隊体育学校	2000 10 17	第55回国民体育大会(成年男子)	滑川市
	トータル	350.0	鈴木 和典	埼玉	自衛隊体育学校	2000 10 17	第56回国民体育大会(成年男子)	滑川市
	スナッチ	153.0	鶴畑 英二	東京	警視庁	1999 11 23	第36回全日本社会人選手権大会	滑川市
94Kg	C&ジャーク	193.0	鈴木 和典	埼玉	自衛隊体育学校	2000 11 19	第37回全日本社会人選手権大会	柴田町
	トータル	340.0	佐野 司	埼玉	自衛隊体育学校	1998 7 15	1998 ｲﾝﾀｰﾅｼｮﾅﾙﾌﾚﾝﾄﾞｼｯﾌﾟﾄｰﾅﾒﾝﾄ	ハルビン
	スナッチ	175.0	吉本 久也	沖縄	法政大学	1999 11 28	第70回世界選手権大会	アテネ
105Kg	C&ジャーク	215.0	吉本 久也	沖縄	法政大学	1999 11 28	第70回世界選手権大会	アテネ
	トータル	390.0	吉本 久也	沖縄	法政大学	1999 11 28	第70回世界選手権大会	アテネ
	スナッチ	180.0	吉本 久也	沖縄	吉本興業	2000 6 25	第60回全日本選手権大会	上尾市
+105Kg	C&ジャーク	220.0	吉本 久也	沖縄	吉本興業	2000 6 25	第60回全日本選手権大会	上尾市
	トータル	400.0	吉本 久也	沖縄	吉本興業	2000 6 25	第60回全日本選手権大会	上尾市

ジュニア日本公認最高記録

男子

2001 1 1

階級	種目	記録	氏名	支部	所属	年月日	大会名	開催地
	スナッチ	90.5	大田 真宏	岡山	倉敷工業高校	2000 10 15	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
53Kg	C&ジャーク	117.5	森川 孝司	三重	住友電装(株)	1998 10 25	第53回国民体育大会(成年男子)	真鶴町
	トータル	207.5	森川 孝司	三重	住友電装(株)	1998 10 25	第53回国民体育大会(成年男子)	真鶴町
	スナッチ	110.0	山田 政明	群馬	日本体育大学	2000 12 7	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
56Kg	C&ジャーク	145.0	山田 政明	群馬	日本体育大学	2000 12 7	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
	トータル	255.0	山田 政明	群馬	日本体育大学	2000 12 7	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
	スナッチ	115.0	上野 修	愛知	大阪国際大学	1998 7 4	第38回西日本学生選手権大会	大阪市
62Kg	C&ジャーク	152.5	今村 俊雄	山梨	日本大学	1999 10 24	第54回国民体育大会(成年男子)	鏡町
	トータル	267.5	今村 俊雄	山梨	日本大学	1999 10 24	第54回国民体育大会(成年男子)	鏡町
	スナッチ	125.5	船田 晃大	熊本	明治大学	2000 10 16	第56回国民体育大会(成年男子)	滑川市
69Kg	C&ジャーク	157.5	大堀 公	滋賀	立命館大学	1999 10 25	第54回国民体育大会(成年男子)	鏡町
	トータル	272.5	大堀 公	滋賀	立命館大学	1999 11 26	第45回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	スナッチ	131.0	内藤 定博	山梨	日川高校	2000 8 4	第47回全国高等学校選手権大会	土岐市
77Kg	C&ジャーク	161.0	柏崎 要裕	熊本	法政大学	2000 9 1	第46回全日本学生新人選手権大会	横浜市
	トータル	290.0	木曽川 章	山梨	法政大学	1999 11 26	第45回全日本大学対抗選手権大会	上尾市
	スナッチ	137.5	山本 茂令	京都	日本体育大学	2000 10 17	第55回国民体育大会(成年男子)	滑川市
85Kg	C&ジャーク	170.0	井上 [illegible]	福島	明治大学	2000 12 8	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
	トータル	302.5	山本 茂令	京都	日本体育大学	2000 12 8	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
	スナッチ	137.5	武田 雄大	熊本	中京大学	2000 11 4	第46回全日本大学対抗選手権大会	大阪市
94Kg	C&ジャーク	170.5	佐藤 彰紘	宮崎	日本大学	1999 10 26	第54回国民体育大会(成年男子)	鏡町
	トータル	302.5	武田 雄大	熊本	中京大学	2000 10 17	第55回国民体育大会(成年男子)	滑川市
	スナッチ	138.0	富田 弘二	京都	大阪商業大学	2000 12 17	第46回関西学生選手権大会	大阪市
105Kg	C&ジャーク	180.0	山口 大介	山梨	日本大学	2000 8 26	第44回関東選手権大会(成年男子)	牧丘町
	トータル	312.5	山口 大介	山梨	日本大学	2000 7 8	第26回世界ジュニア選手権大会	プラハ
	スナッチ	147.5	福田 行延	埼玉	日本体育大学	1998 11 28	第44回全日本大学対抗選手権大会	浦和市
+105Kg	C&ジャーク	190.0	星宮 拓三	沖縄	法政大学	1999 8 13	第69回全日本選手権大会	石岡市
	トータル	335.0	星宮 拓三	沖縄	法政大学	1999 9 5	第12回アジアジュニア選手権大会	[illegible]

大学公認最高記録

男子

2001 1 1

階級	種目	記録	氏名	支部	所属	年月日	大会名	開催地
	スナッチ	115.0	留奥 展司	兵庫	明治大学	2000 6 23	第60回全日本選手権大会	上尾市
56Kg	C&ジャーク	145.0	留奥 展司	兵庫	明治大学	2000 7 16	第27回オリンピック競技大会	シドニー
	トータル	250.0	留奥 展司	兵庫	明治大学	2000 6 23	第60回全日本選手権大会	上尾市
	スナッチ	125.0	今村 俊雄	山梨	日本大学	2000 12 8	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
62Kg	C&ジャーク	160.0	今村 俊雄	山梨	日本大学	2000 12 8	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
	トータル	285.0	今村 俊雄	山梨	日本大学	2000 12 8	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
	スナッチ	128.0	後藤 貴	秋田	秋田経済法科大学	2000 11 4	第46回全日本大学対抗選手権大会	大阪市
69Kg	C&ジャーク	160.0	大堀 公	滋賀	立命館大学	2000 12 8	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
	トータル	280.0	大堀 公	滋賀	立命館大学	2000 12 8	第46回全日本大学対抗選手権大会	横浜市
	スナッチ	146.0	木曽川 章	山梨	法政大学	2000 9 9	第28回東日本大学対抗選手権大会	横浜市
77Kg	C&ジャーク	110.0	木曽川 章	山梨	法政大学	2000 6 10	第3回世界大学選手権大会	ｻﾝﾄﾄﾞﾐﾝｺﾞ
	トータル	312.5	木曽川 章	山梨	法政大学	2000 9 9	第28回東日本大学対抗選手権大会	横浜市
	スナッチ	142.5	鈴木 和典	沖縄	明治大学	1998 5 10	第44回全日本学生個人選手権大会	大田区
85Kg	C&ジャーク	187.5	鈴木 和典	沖縄	明治大学	1998 12 11	第13回アジア競技大会	バンコク
	トータル	330.0	鈴木 和典	沖縄	明治大学	1998 12 11	第13回アジア競技大会	バンコク
	スナッチ	145.0	岡田 宗弘	福岡	九州国際大学	1998 6 13	第58回全日本選手権大会	いわき市
94Kg	C&ジャーク	185.0	平良 一悦	沖縄	法政大学	1998 10 27	第53回国民体育大会(成年男子)	真鶴町
	トータル	322.5	平良 一悦	沖縄	法政大学	1998 10 27	第53回国民体育大会(成年男子)	真鶴町
	スナッチ	160.0	森田 宗弘	福岡	九州国際大学	1998 10 28	第53回国民体育大会(成年男子)	真鶴町
105Kg	C&ジャーク	192.5	森田 宗弘	福岡	九州国際大学	1998 10 28	第53回国民体育大会(成年男子)	真鶴町
	トータル	352.5	森田 宗弘	福岡	九州国際大学	1998 10 28	第53回国民体育大会(成年男子)	真鶴町
	スナッチ	165.0	樋口 宗之	東京	中央大学	1999 10 27	第54回国民体育大会(成年男子)	鏡町
+105Kg	C&ジャーク	202.5	樋口 宗之	東京	中央大学	1998 11 15	第69回世界選手権大会	ラハティ
	トータル	362.5	樋口 宗之	東京	中央大学	1998 11 15	第69回世界選手権大会	ラハティ

高校公認最高記録

男子

2001 1 1

階級	種目	記録	氏名	支部	所属	年月日	大会名	開催地
	スナッチ	90.5	大田 真宏	岡山	倉敷工業高校	2000 10 15	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
53Kg	C&ジャーク	115.0	大田 真宏	岡山	倉敷工業高校	2000 10 15	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
	トータル	205.0	大田 真宏	岡山	倉敷工業高校	2000 10 15	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
	スナッチ	100.0	志村 悟	山梨	[illegible]高校	1999 10 24	第54回国民体育大会(少年男子)	鏡町
56Kg	C&ジャーク	132.5	山田 政明	群馬	前橋育英高校	1998 1 17	第13回関東高等学校選抜大会	小山市
	トータル	227.5	山田 政明	群馬	前橋育英高校	1999 3 6	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	スナッチ	107.5	馬場 康和	埼玉	[illegible]西高校	1999 8 3	第46回全国高等学校選手権大会	江刺市
62Kg	C&ジャーク	138.0	鈴木 正紀	山梨	日川高校	2000 10 15	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
	トータル	242.5	今村 俊雄	山梨	日川高校	1998 3 14	第18回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	スナッチ	115.0	中村 飛香	兵庫	須磨高校	2000 8 27	第22回日韓ユース大会	牧丘町
69Kg	C&ジャーク	145.0	木曽川 章	山梨	日川高校	1998 3 14	第18回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	255.0	木曽川 章	山梨	日川高校	1998 3 14	第18回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	スナッチ	131.0	内藤 定博	山梨	日川高校	2000 8 4	第47回全国高等学校選手権大会	土岐市
77Kg	C&ジャーク	160.5	内藤 定博	山梨	日川高校	2000 8 4	第47回全国高等学校選手権大会	土岐市
	トータル	290.0	内藤 定博	山梨	日川高校	2000 8 4	第47回全国高等学校選手権大会	土岐市
	スナッチ	133.0	平岡 勇輝	静岡	清水工業高校	2000 10 17	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
85Kg	C&ジャーク	165.0	平岡 勇輝	静岡	清水工業高校	2000 10 17	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
	トータル	297.5	平岡 勇輝	静岡	清水工業高校	2000 10 17	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
	スナッチ	130.0	大森 勁	秋田	金足農業高校	1999 3 7	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
94Kg	C&ジャーク	160.5	大森 勁	秋田	金足農業高校	1999 3 7	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	290.0	大森 勁	秋田	金足農業高校	1999 3 7	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	スナッチ	130.5	出合 裕司	北海道	士別高校	1999 10 27	第54回国民体育大会(少年男子)	鏡町
105Kg	C&ジャーク	170.5	山口 大介	山梨	吉田高校	1999 3 7	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	295.0	出合 裕司	北海道	士別高校	1999 10 27	第54回国民体育大会(少年男子)	鏡町
	スナッチ	133.0	上嶋 宏樹	山梨	吉田高校	2000 10 18	第55回国民体育大会(少年男子)	滑川市
+105Kg	C&ジャーク	170.0	出合 裕司	北海道	士別高校	1999 12 26	1999北海道記録挑戦会	士別市
	トータル	302.5	出合 裕司	北海道	士別高校	1999 12 26	1999北海道記録挑戦会	士別市

中学公認最高記録

男子

2001 1 1

階級	種目	記録	氏名	支部	所属	年月日	大会名	開催地
	スナッチ	62.5	川畑 力大	京都	江陽中学校	2000 7 22	第14回全国中学生選手権大会	京都市
48Kg	C&ジャーク	75.0	川畑 力大	京都	江陽中学校	2000 7 22	第14回全国中学生選手権大会	京都市
	トータル	137.5	川畑 力大	京都	江陽中学校	2000 7 22	第14回全国中学生選手権大会	京都市
	スナッチ	65.0	坂 祐誠	茨城	土浦第五中学校	1999 8 27	第13回全国中学生選手権大会	浦和市
53Kg	C&ジャーク	80.5	北村 司	北海道	士別南中学校	2000 7 22	第14回全国中学生選手権大会	京都市
	トータル	142.5	坂 祐誠	茨城	土浦第五中学校	1999 8 27	第13回全国中学生選手権大会	浦和市
	スナッチ	72.5	川畑 源大	京都	江陽中学校	1998 8 30	第12回全国中学生選手権大会	江刺市
58Kg	C&ジャーク	92.5	平良 鉦太	東京	四谷第一中学校	1998 8 30	第12回全国中学生選手権大会	江刺市
	トータル	157.5	川畑 源大	京都	江陽中学校	1998 8 30	第12回全国中学生選手権大会	江刺市
	スナッチ	90.0	川畑 源大	京都	江陽中学校	1999 8 27	第13回全国中学生選手権大会	浦和市
63Kg	C&ジャーク	110.0	川畑 源大	京都	江陽中学校	1999 8 27	第13回全国中学生選手権大会	浦和市
	トータル	200.0	川畑 源大	京都	江陽中学校	1999 8 27	第13回全国中学生選手権大会	浦和市
	スナッチ	72.5	斉藤 和剛	北海道	士別南中学校	1999 12 26	第19回北海道中学校大会	士別市
69Kg	C&ジャーク	90.0	斉藤 和剛	北海道	士別南中学校	1999 12 26	第19回北海道中学校大会	士別市
	トータル	162.5	斉藤 和剛	北海道	士別南中学校	1999 12 26	第19回北海道中学校大会	士別市
	スナッチ	62.5	新垣 竜矢	沖縄	古堅中学校	1998 8 30	第12回全国中学生選手権大会	江刺市
75Kg	C&ジャーク	80.0	新垣 竜矢	沖縄	古堅中学校	1998 8 30	第12回全国中学生選手権大会	江刺市
	トータル	142.5	新垣 竜矢	沖縄	古堅中学校	1998 8 30	第12回全国中学生選手権大会	江刺市
	スナッチ	70.0	佐藤 優亮	岩手	江刺第一中学校	1998 8 30	第12回全国中学生選手権大会	江刺市
+75Kg	C&ジャーク	95.0	大湯 功晴	栃木	小山第三中学校	2000 7 22	第14回全国中学生選手権大会	京都市
	トータル	155.0	佐藤 優亮	岩手	江刺第一中学校	1998 8 30	第12回全国中学生選手権大会	江刺市

日本公認最高記録

女子

2001 1 1

階級	種目	記録	氏名	支部	所属	年月日	大会名	開催地
	スナッチ	80.0	二宮 かおり	埼玉	平成国際大学	1999 11 21	第13回世界女子選手権大会	アテネ
48Kg	C&ジャーク	105.0	二宮 かおり	埼玉	平成国際大学	1999 11 21	第13回世界女子選手権大会	アテネ
	トータル	185.0	二宮 かおり	埼玉	平成国際大学	1999 11 21	第13回世界女子選手権大会	アテネ
	スナッチ	82.5	仲嶋 真理	埼玉	自衛隊体育学校	1999 6 11	第13回全日本女子選手権大会	石岡市
53Kg	C&ジャーク	110.0	仲嶋 真理	埼玉	自衛隊体育学校	1999 11 21	第13回世界女子選手権大会	アテネ
	トータル	192.5	仲嶋 真理	埼玉	自衛隊体育学校	1999 11 21	第13回世界女子選手権大会	アテネ
	スナッチ	88.0	高橋 百合子	埼玉	矢野グループ	2000 11 18	新世紀・みやぎ国体記念杯女子大会	柴田町
58Kg	C&ジャーク	115.0	高橋 百合子	埼玉	自衛隊体育学校	2000 6 24	第14回全日本女子選手権大会	上尾市
	トータル	200.0	高橋 百合子	埼玉	自衛隊体育学校	2000 6 24	第14回全日本女子選手権大会	上尾市
	スナッチ	85.0	小林 由美子	埼玉	平成国際大学	1999 11 23	第13回世界女子選手権大会	アテネ
63Kg	C&ジャーク	110.0	小林 由美子	埼玉	平成国際大学	1999 11 23	第13回世界女子選手権大会	アテネ
	トータル	195.0	小林 由美子	埼玉	平成国際大学	1999 11 23	第13回世界女子選手権大会	アテネ
	スナッチ	87.5	長谷場 久美	埼玉	埼玉栄高校(職)	2000 6 25	第14回全日本女子選手権大会	上尾市
69Kg	C&ジャーク	115.0	長谷場 久美	埼玉	埼玉栄高校(職)	1998 6 14	第12回全日本女子選手権大会	いわき市
	トータル	200.0	長谷場 久美	埼玉	埼玉栄高校(職)	1998 6 14	第12回全日本女子選手権大会	いわき市
	スナッチ	97.5	榊原 広実	京都	平成国際大学	1999 6 13	第13回全日本女子選手権大会	石岡市
75Kg	C&ジャーク	120.0	榊原 広実	京都	平成国際大学	1999 8 21	1999 ｲﾝﾀｰﾅｼｮﾅﾙﾚﾃﾞｨｰｽﾁｬﾚﾝｼﾞﾄｰﾅﾒﾝﾄ	尼崎市
	トータル	215.0	榊原 広実	京都	平成国際大学	1999 6 13	第13回全日本女子選手権大会	石岡市
	スナッチ	95.5	高橋 沙弥香	埼玉	平成国際大学	1999 11 23	2000年とやま国体記念杯女子大会	滑川市
+75Kg	C&ジャーク	125.0	新井 深雪	埼玉	マルサ物流	1998 12 13	第13回アジア競技大会	バンコク
	トータル	220.0	新井 深雪	埼玉	マルサ物流	1998 12 13	第13回アジア競技大会	バンコク

ジュニア日本公認最高記録

女子

2001 1 1

階級	種目	記録	氏名	支部	所属	年月日	大会名	開催地
	スナッチ	70.0	松宮 紅貴恵	三重	日本体育大学	1999 11 21	2000年とやま国体記念杯女子大会	滑川市
48Kg	C&ジャーク	92.5	野村 佳可	兵庫	日本体育大学	1998 5 18	第4回世界ジュニア女子選手権大会	ソフィア
	トータル	162.5	松宮 紅貴恵	三重	日本体育大学	1999 11 21	2000年とやま国体記念杯女子大会	滑川市
	スナッチ	75.0	松宮 紅貴恵	三重	日本体育大学	1999 4 30	第11回全日本女子学生選手権大会	千葉市
53Kg	C&ジャーク	97.5	松宮 紅貴恵	三重	日本体育大学	1998 7 24	第22回東日本学生個人選手権大会	日野市
	トータル	172.5	松宮 紅貴恵	三重	日本体育大学	1999 4 30	第11回全日本女子学生選手権大会	千葉市
	スナッチ	78.0	大倉 妙子	埼玉	平成国際大学	1999 11 22	2000年とやま国体記念杯女子大会	滑川市
58Kg	C&ジャーク	105.5	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1999 3 6	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	182.5	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1999 3 6	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	スナッチ	77.5	斉藤 里香	京都	加悦谷高校	2000 11 19	第5回アジアジュニア選手権大会	全州市
63Kg	C&ジャーク	108.0	大倉 妙子	埼玉	平成国際大学	1999 4 30	第11回全日本女子学生選手権大会	千葉市
	トータル	182.5	大倉 妙子	埼玉	平成国際大学	1999 4 30	第11回全日本女子学生選手権大会	千葉市
	スナッチ	80.0	泉山 美野	埼玉	平成国際大学	1998 5 22	第4回世界ジュニア女子選手権大会	ソフィア
69Kg	C&ジャーク	102.5	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1998 11 23	くまもと未来国体記念杯女子大会	鏡町
	トータル	180.0	泉山 美野	埼玉	平成国際大学	1998 5 22	第4回世界ジュニア女子選手権大会	ソフィア
	スナッチ	95.0	榊原 広実	京都	平成国際大学	1998 6 14	第12回全日本女子選手権大会	いわき市
75Kg	C&ジャーク	115.0	榊原 広実	京都	平成国際大学	1998 6 14	第12回全日本女子選手権大会	いわき市
	トータル	210.0	榊原 広実	京都	平成国際大学	1998 6 14	第12回全日本女子選手権大会	いわき市
	スナッチ	85.0	辻 美帆	京都	立命館大学	1998 3 15	第18回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
+75Kg	C&ジャーク	105.5	辻 美帆	京都	立命館大学	1999 11 23	2000年とやま国体記念杯女子大会	滑川市
	トータル	190.0	辻 美帆	京都	立命館大学	1998 3 15	第18回全日本ジュニア選手権大会	上尾市

高校公認最高記録

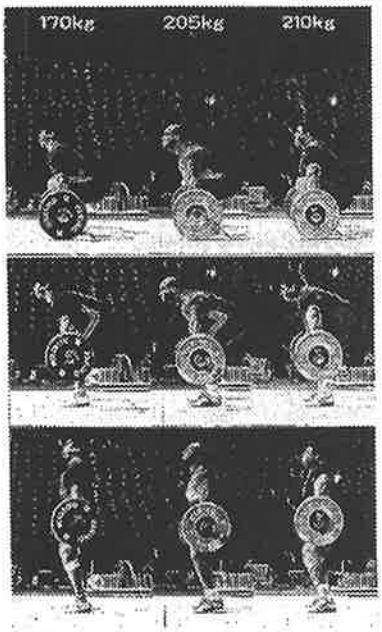
女子

2001 1 1

階級	種目	記録	氏名	支部	所属	年月日	大会名	開催地
	スナッチ	67.5	野村 佳可	兵庫	須磨友が丘高校	1998 3 14	第18回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
48Kg	C&ジャーク	87.5	野村 佳可	兵庫	須磨友が丘高校	1998 3 14	第18回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	155.0	野村 佳可	兵庫	須磨友が丘高校	1998 3 14	第18回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	スナッチ	70.0	野村 佳可	兵庫	須磨友が丘高校	1998 2 8	第2回近畿高等学校選抜大会	明石市
53Kg	C&ジャーク	90.0	野村 佳可	兵庫	須磨友が丘高校	1998 2 8	第2回近畿高等学校選抜大会	明石市
	トータル	160.0	野村 佳可	兵庫	須磨友が丘高校	1998 2 8	第2回近畿高等学校選抜大会	明石市
	スナッチ	77.5	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1999 3 6	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
58Kg	C&ジャーク	105.5	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1999 3 6	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	トータル	182.5	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1999 3 6	第19回全日本ジュニア選手権大会	上尾市
	スナッチ	77.5	斉藤 里香	京都	加悦谷高校	2000 11 19	第5回アジアジュニア選手権大会	全州市
63Kg	C&ジャーク	100.0	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1998 6 13	第12回全日本女子選手権大会	いわき市
	トータル	177.5	斉藤 里香	京都	加悦谷高校	2000 11 19	第5回アジアジュニア選手権大会	全州市
	スナッチ	75.0	加藤 博子	京都	鳥羽高校	2000 11 19	新世紀・みやぎ国体記念杯女子大会	柴田町
69Kg	C&ジャーク	102.5	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1998 11 23	くまもと未来国体記念杯女子大会	鏡町
	トータル	175.0	大倉 妙子	埼玉	埼玉栄高校	1998 11 23	くまもと未来国体記念杯女子大会	鏡町
	スナッチ	87.5	今崎 一恵	埼玉	埼玉栄高校	2000 11 21	第5回アジアジュニア選手権大会	全州市
75Kg	C&ジャーク	102.5	今崎 一恵	埼玉	埼玉栄高校	2000 7 23	第2回全国高等学校女子選手権大会	京都市
	トータル	187.5	今崎 一恵	埼玉	埼玉栄高校	2000 11 21	第5回アジアジュニア選手権大会	全州市
	スナッチ	75.5	堀内 理恵	兵庫	舞子高校	2000 8 27	第22回日韓ユース大会	牧丘町
+75Kg	C&ジャーク	100.0	堀内 理恵	兵庫	舞子高校	2000 11 16	2000 ｲﾝﾀｰﾅｼｮﾅﾙｼﾞｭﾆｱﾁｬﾚﾝｼﾞﾄｰﾅﾒﾝﾄ	全州市
	トータル	172.5	堀内 理恵	兵庫	舞子高校	2000 7 23	第2回全国高等学校女子選手権大会	京都市

ウエイトリフティング

JPN 2nd 1st



toto

2003 No. 85

㈳日本ウエイトリフティング協会会報

ウェイトリフティングジュニアからの一貫指導原稿
日本ウェイトリフティング協会

ウエイトリフターの栄養と食事

国立スポーツ科学センター　柳沢香絵

トレーニングが競技力向上に不可欠であることは認識されているが、食事に配慮している指導者、選手、保護者は少ないようである。運動・栄養（食事）・休養（睡眠）のすべての要素が、アスリートとしての身体づくりや体力づくりには重要で、どれか一つが欠けても選手の潜在能力を最大限に伸ばすことはできない。ひいては選手としての寿命まで左右するといっても過言ではない。

本章では、小学校から高校生までの選手を対象にウェイトリフティングの競技特性と年齢・性別を考慮し、健康を維持しつつアスリートとしての身体づくりに役立つ食事のとり方について解説する。

成長・発達に伴う変化と栄養摂取

小学校の低学年と高学年ではその特性はかなり異なり、前半は比較的緩やかで、後半は第2成長期といわれる著しい成長を示すとともに、次第に男女差が現われるようになる。女子のほうが男子よりも約2年ほど早く思春期がやってくる。男子では体重の増加に伴って筋肉や骨など除脂肪体重（LBM）が著しく発達するが、女子では体重がおよそ30kgになる10歳ごろから、体重が増えてもLBMの増加は少なく、体脂肪の増加が顕著になる。つまり、小学校高学年と中学校の時期から男子は筋肉質のがっちりした身体になっていくのに対し、女子は全身に脂肪がつき女性的な身体つきになる。

さらに、発育には個人差がある。これは、1年間で伸びた身長をみるとわかるが、そのピークは、一般的なタイプを挟み前後3～4年でばらつきがある。晩熟なタイプは骨の発育・成熟が他の子どもたちよりも遅いので、大きな負荷がかかる激しいトレーニングには注意が必要になる。このように発育のパターンを知った上で、食事の内容にも配慮していく必要がある。ここでは成長期を4つに区分して栄養摂取のポイントを示すが、男女差や個人差を加味し、調整していただきたい。

1）小学校低学年（6～8歳）

1日3食食べることや食べ物の好き嫌いをなくすなど基本的な食習慣を見に付ける時期。この頃の食生活は大人になってからも大きく影響するので、食生活に改善が必要な場合は、この柔軟な時期に正しておく必要がある。スナック菓子や甘い飲み物（清涼飲料水）の取り過ぎは食事に影響するので、多量摂取は控えるようにする。エネルギー摂取量の目安は男子で1900－2200kcal程度（女子は男子の90%）。

2）小学校高学年（9～11歳）

たんぱく質所要量は成人と同じになるのでおかずの量は大人と同じにする。身長の増加量も大きく骨の成長も著しい時期なので、骨の材料となるカルシウムも十分にとるようにする。エネルギー目安量は男子で2200－2500kcal程度（女子は男子の90%）。

3）中学生（12～14歳）

自ら食品を選択する機会が増えてくる時期。食生活の望ましい習慣とトレーニングを関連づけて理解させる必要がある。女子ではとくにダイエット嗜好が強くなるが、疲労回復や貧血予防のためにエネルギー、たんぱく質、ミネラルなど不足がないようにする。エネルギー目安量は男子で2500－2700kcal程度（女子は男子の90%）。

4）高校生（15～17歳）

食事においても自己管理能力を養う時期。体調や目的、運動量などに応じて望ましい食品選択ができるようにすることを目指す。男子ではLBM増加が著しく、女子では体脂肪が増加する時期でもあるので、良質たんぱく質の摂取に配慮し、脂肪の過剰摂取は避けるようにする。エネルギー目安量は男子で2700－3000kcal程度（女子は男子の80%）。

何をどれだけ食べればよいか

必要なエネルギーや栄養素を上手にとるためには何をどれだけ食べたらよいのかを中学生男子選手を基準として、2700kcalの食品構成を示す（写真1、表1）。中学生女子の場合は、男子の90%を目安にする。男子は野菜および果物が、女子は乳製品の摂取が不足傾向にあるので積極的にとるようにしたい。1日30食品を目標に、できるだけ多くの食品を食べるように心がける。食品構成には、取り過ぎによる食事への影響が心配される菓子類や清涼飲料水を含んでいない。

毎食のポイント

食品構成を毎食の献立に取り入れるためのポイントは、まず、以下の6種類を組み合わせるように心がけること。

① 主食；ごはん、パン、めん類などのでんぷん質の食品
② 主菜；肉・魚・卵などのたんぱく質が多い動物性食品が中心のおかず
③ 副菜；大豆製品や芋類、野菜類（とくに緑黄食野菜を多く）のおかず
④ 汁物；貝類、野菜類、海藻、きのこ類がたっぷりのみそ汁やスープ
⑤ 乳・乳製品；牛乳またはヨーグルト、チーズ
⑥ くだもの；季節のものをいろいろと合わせる

選手の食事は、運動をおこなわない子どもに比べてエネルギーをはじめ必要な栄養が多くなるので、全体量を多くする必要がある。量を多くするには、欠食なく3食の食事ともきちんと量をとらなければならない。そこで各食事の量の配分（朝食：昼食：夕食）は、1：1：1もしくは3：3：4を目安に考える。

1）朝食

起床時には肝臓や筋肉のグリコーゲン（エネルギー源）が減少し、体温や血糖値が低下している。そこで、朝食では血糖（グルコース）やグリコーゲンとなる炭水化物（糖質）や体温を上げるたんぱく質を中心に栄養のバランスのとれた食事にする。ごはんなら丼に軽く1杯、パンであれば4枚切り1枚は食べること。たんぱく源となる肉・魚、卵、大豆製品は主菜、副菜に1品ずつ利用するのがおすすめ。副菜には野菜料理を必ず1～2品つける。具だくさんのみそ汁やスープにすると野菜もたっぷり取れる。3食のうち最も欠食率の高いのは朝食だが、時間がないときでもせめて、1品で栄養バランスがよいシチューや雑炊などをとるようにしたい。

2）昼食

授業と授業後のトレーニングに備え、エネルギー源となる炭水化物（糖質）や脂質、また、運動で酷使する筋肉のためのたんぱく質をとるようにする。小・中学生の場合、学校給食があるので残さずに食べれば、栄養バランスは整えられている。給食がなくお弁当の場合には、主食と主菜、副菜を揃え、さらに乳製品をつけるようにする。外食の場合にも同様の毎食のポイント①～⑥までが揃うように心がける。

3）夕食

1日のエネルギーの収支を合わせ、疲れをとり、明日の活力を生むためにしっかりと食べる。スポーツで壊れた筋肉の再生をするためのたんぱく質と、疲労回復やけがを予防したり、体調を整えるためのビタミン、ミネラルを補給する。主菜となる肉・魚・卵・大豆製品とともに副菜や汁物に野菜や海藻をたっぷりとる。トレーニング後、できるだけ早く夕食をとることが望ましい。

4）間食

選手にとっての間食は、食事では取りきれない栄養を補うための「補食」と考える。スナック菓子、チョコレート、ジュース等は、エネルギーは高いがビタミンやミネラルなどはほとんど含まれていないので、おにぎり、サンドイッチ、あんパン、カステラ、果物、うどん、牛乳、果汁100%ジュースなどがよい。

献立例と年齢区分別の調整法

食品構成を具体的に1日の献立にして写真2に示した。普段の食事のボリュームや色合いと比べてみてどうだろうか。まずは、彩りや皿数などを同じにするところから改善してみるとよい。図1のような食事簡単チエックを利用すると、自分の食事を見直すことができる。

モデルメニューは中学生男子を基準にしているので、各年齢区分に対応させるには以下のように調整していただきたい。

1）小学校低学年

主食、主菜、副菜ともに中学生の3/4程度。

2）小学校高学年

1日に必要なエネルギーは、中学生より300kcal少なくなるので、毎食100kcalを減らす。主食のごはんやパン、主菜の肉や魚を中学生の場合の2割程度少なくして調整する。野菜や乳製品、くだものにはビタミン、ミネラルが豊富なのであえて減らす必要はない。

3）高校生

1日に必要なエネルギーは、中学生より300kcal増えるので、毎食100kcal増やす。中学生よりトレーニングの質・量ともに増えるので、とくにエネルギー源として重要な炭水化物（糖質）を増やす。ごはんなら丼に軽く1杯→丼並1杯、食パンなら4枚切り1枚→6枚切り2枚程度になる。

通常期のポイント

一般的に同じ体重であれば、体脂肪が多い選手よりも筋肉の多い選手のほうが競技成績が優れている。実際に、全国中学校ウエイトリフティング選手権大会上位入賞者（ジュニア）とバルセロナオリンピック代表候補選手（シニア）の除脂肪体重と競技成績の関係をみた研究結果では、除脂肪体重が多いほどスナッチおよびクリーン&ジャーク種目の合計重量が高いことが示された。除脂肪体重とは体重のうち、筋肉や骨、内臓、血液脂肪量以外の組織のことであり、その増減は、ほとんどが筋肉の増減を示している。除脂肪体重と競技成績の関係は、ジュニアよりもシニアでより強くみられたことから、技術的完成度が高いほど、筋肉量がパフォーマンスに影響を与えていることが明らかになった。そこで、筋肉量を増やすポイントについて説明する。

1）たんぱく質をしっかりとる

①たんぱく質の必要量を確保する

筋肉の主な材料はたんぱく質である。したがって、筋肉をつけるためにはたんぱく質をしっかりとることが大切。小・中学生では発育・発達のためにその必要量が大人よりも多いので、身体は小さいがおかずの量は大人と同じでよい。

高校生以降になるとたんぱく質の必要量は一般人の倍量となり、おかずの量は大人の2倍になる。毎食の中でたんぱく質を多く含む、肉、魚、卵、大豆製品を2種類ずつ組み合わせるようにすれば食事からでも十分量を摂取することができる。たとえば、朝食は卵とハム、昼食のお弁当には肉のおかずとツナサラダ、夕食は焼魚と冷奴といったように組み合わせる。牛乳やヨーグルトなどの乳製品を加えることでさらに摂取量が上がる。

②食材を選ぶ

たんぱく質源となる食品は部位によって脂肪をたくさん含んでいる。肉や魚などは部位や種類を選び、たんぱく質をしっかりとり、脂肪を減らすようにする。同じ豚肉100gでもヒレ肉であれば134kcalだが、バラ肉（脂身つき）では417kcalとたんぱく質が少なく、脂肪が多い（図2）。たんぱく質量をしっかりとるためには素材も吟味したい。

④エネルギーはしっかりとる

筋肉をつけたいために、主食となるごはんなどを少量にして、たんぱく質源となる食品ばかりをとる傾向にある。しかし、エネルギー源となる炭水化物の量を極端に制限した場合や、1日に消費されるエネルギーよりも食事などから摂取されるエネルギー量が少ない場合には、摂取したたんぱく質がエネルギー生産のために利用されることになる。筋肉をつけるためには、ごはんやパン、めん類などの主食も不足しないようにする。

2）余分な体脂肪をつけない

図3のように調理法を選ぶことにより食事中の脂肪を減らすことができる。

また、スナック菓子や清涼飲料水、ファーストフードのハンバーガー＋ポテト＋清涼飲料水、ケーキ、チョコレート菓子などはカロリーが高いわりには選手に必要なビタミン、ミネラルが非常に少ない。また、砂糖と油の組み合わせは体脂肪を蓄積させやすくするので取り過ぎは禁物である。

3）　貧血予防

中学生以降になると、鉄分の摂取不足による鉄欠乏性貧血に注意したい。疲れやすい、無気力になる、持久力が低下するなどの症状がみられたら危険信号である。

貧血を予防するためには、食事から鉄の多い食品をしっかりとり、鉄の吸収をよくするビタミンCも組み合わせることである。レバー、牛赤身肉、卵、赤身の魚、アサリ、ほうれん草、ひじきなどの食品に鉄分は多い。とくに、レバーはなどの肉類や魚介類は鉄の中でも吸収率の高いヘム鉄を含んでいるので積極的にとるとよい。柑橘系、キウイフルーツ、イチゴなどビタミンCの多い果物も食事に取り入れたい。

外食の調整ポイント

和・洋・中華のレストラン、ファーストフードやコンビニを利用する場合、結果的に、高エネルギー・高脂肪で低ビタミン・低ミネラルの食事になりやすい。

レストランや学食などのときは、丼ものや麺類などの単品ではなく、定食ものやセットメニューを選んだり、また、麺類は具だくさんのものを選ぶようにするとバランスはよくなる。

コンビニでお弁当を買う場合には、幕ノ内弁当のように野菜類などいろいろな食品の入った内容が充実している弁当類が望ましい。パンであれば、デニッシュペストリーやクロワッサンのように脂肪分の多いものばかりにならないようにし、調理パンは具の多いものを選ぶ。おにぎりやパンだけのときに野菜のおかずやひじきの煮物などの惣菜類を組み合わせ、さらに牛乳をプラスする。

サプリメント（栄養補助食品）の利用について

本来サプリメントは、食事では十分に摂取できない栄養素を補うためのものであるにもかかわらず、特定の効果に着目し、食事以上に関心を寄せる選手や指導者は少なくない。

サプリメントは、ある特定の栄養素を豊富に含んでいるが、逆にいえば、それ以外の栄養素は含んでいないことになる。したがって、食事をおろそかにしてサプリメントに頼っていると、サプリメントに含まれている栄養素は十分取れるのに対して、サプリメントに含まれていない栄養素が欠乏してくるといったことになりかねない。また、特定の栄養素を過剰摂取すると過剰症がみられることもあり、各栄養素の許容上限摂取量も設定されている。サプリメントには、長期使用したときの安全性や過剰摂取の副作用、他の栄養素とのバランスなどが明確にされていないものが多く、健康面に対する影響には多くの問題が残されている。

さらに、これさえ飲めば大丈夫、といった安易な考え方を定着させることは選手生活を続ける上で望ましいことではない。まずは、基本的な栄養の知識を身につけ、食生活を改善し、ふだんの食事からエネルギーや各栄養素を補給できるようにすることが大切である。

しかし、サプリメントが有用な場合もあるので、使用するときはスポーツドクターや栄養士に相談することをおすすめする。

試合前のポイント

1）試合調整期から検量まで

ウエイトリフティングは減量を余儀なくされる場合がある。短期間の急速減量では、①体水分量の著しい低下、②肝臓と筋肉のエネルギー源であるグリコーゲンの枯渇③筋肉やその他の体タンパク質組織の減少がみられる。パフォーマンスを維持するためには、時間的な余裕を持って軽度な減量で臨むべきである。そのためには、日頃から体重や身体組成（体脂肪と除脂肪体重の割合）を測定しつつ、体重や身体組成をトレーニングと食事でコントロールしておくことが重要である。

競技会が近くなっても筋肉をつけながら体脂肪を増やさない食事のポイントは通常期と同様である。また、体調を整えるためにビタミンやミネラルなどは不足がないようにしたい。

競技前の緊張感から普段より消化機能が低下している場合もあるので、胃腸への負担も極力抑えなければならない。揚げ物や脂肪を多く含むもの、繊維の多いもの、刺身などの生ものなどは避けるほうがよい。また、食べ慣れないものも避けるほうがよい。

2）検量後から競技開始まで

非常に短時間であるが、この時間には①体水分をできるだけ回復させること、②消化のよい食品でエネルギー源を確保することを考える。

脱水しているときには、血液と同じように塩分などを含む飲み物が最も効率よく体水分を回復させる。日本体育協会では、0.2%の食塩水（100mlの水に0.2gの塩を含む）をすすめている。市販のスポーツドリンクにもナトリウムなどの電解質が入っているので、それを利用してもよい。

競技開始時には、胃などの消化器官には何もなく、筋肉にはエネルギー源のある状態が望ましい。食べたものが筋肉のエネルギーに変わるには時間がかかるため、炭水化物を多く含む食品である、おにぎり、カステラ、うどん、アンパン、お粥、バナナなどの果物、果汁100%ジュース、ゼリーなどがよい。

参考文献

1）　樋口満、石井恵子、田口素子：小中学生のスポーツ栄養ガイドブック，女子栄養大学出版部，2000.

2）　スポーツダイエティシャンズ・ネットワーク編集：ジュニアアスリートの食事と栄養，ベースボールマガジン社，1999.

3）　岡田純一、船渡和男：ジュニアおよびシニア・ウエイトリフターの競技成績と除脂肪体重およびパワーの発揮能力の比較，平成7年度日本体育協会スポーツ医・科学研究報告競技種目別競技力向上に関する研究，1997.

4）　樋口満編著：コンディショニングとパフォーマンス向上のスポーツ栄養学，市村出版，2001.

5）　鈴木正成：スポーツ選手の体力維持と減量にかかわる因子，臨床スポーツ医学，15(5)，1998.

6）　日本体育協会：スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック，1999.

表1　中学生男子の食品構成の例

分類	1日量（g）
穀類	390
芋	60
砂糖	30
油脂	22
豆類	80
魚介類	70
肉類	140
卵	60
乳・乳製品	500
緑黄色野菜	150
淡色野菜	250
くだもの	230
きのこ	20
海藻	5

世界に近づこう！

今年度は画期的な事業が数多くできた。以下の点について今回掲載します。

Ⅰ．第72回世界選手権大会・第15回世界女子選手権大会の動作・技術分析の紹介
　岡田純一（早稲田大学人間科学部）、伊坂忠夫（立命館大学理工学部）、船渡和男、松尾彰文（国立スポーツ科学センター）、小畑直之（日本体育大学研究生）、近藤大貴（早稲田大学４年生）
　（全日本選手権大会、韓国体育大会の分析は後程、掲載します。）

Ⅱ．競技者育成プログラム【ジュニア・ユース&エリート指導者・競技者研修会】報告
　小栗和成（岐阜県立土岐商業高等学校）、
　長谷場久美（ＪＷＡ　専任コーチ）

Ⅲ．スポーツ交流推進事業報告「韓国遠征合宿」報告
　菊田三代治、武井多加志、小宮山哲雄、長谷場久美、三宅義行

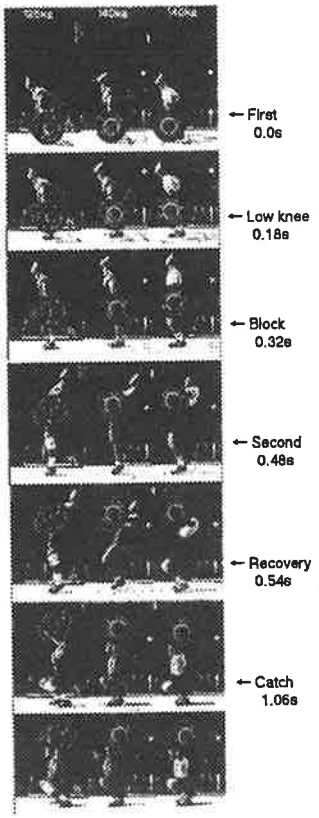
Ⅳ．アジアスポーツ会議発表文献報告
　白井克佳氏、吉川文人氏（国立スポーツ科学センター）

Ⅴ．栄養読本「ウエイトリフターの栄養について」
　柳沢香絵氏（国立スポーツ科学センター　管理栄養士）

今後も、強化に関わることを多方面に挑戦し強化活動に生かしていきたいと思っています。皆さんのご意見・ご批評をお待ちしています。

菊田　三代治

MEN 62 kg　SNATCH



男子62Kg級　スナッチ

スナッチでの優勝者は、中国のリ・マオシェン、2位は北朝鮮のイム・ヨンスウ。イムの140Kgは3試技目、リの140Kgは1試技目の記録である。今村の126Kgは3試技目である。試技回数による思い切りや慎重さなど気持ちの持ち方で変わってくるが、試技重量の差が15Kgにも開わらず、FirstからBlock Pointまでの時間が速いことが1点、次がBlock Pointまでのバーと胸の位置が無駄のない距離に離れていること。そして決定的なことは、SecondからRecoveryが連続的に同時に行われていることが素晴らしい。且つその動きの中でステップ・バックがないことが特徴であろう。今村のSecond PullからFull Extensionに時間がかかり過ぎで次の動作に影響を及ぼしている。最後に受ける最終動作では股関節の柔軟性を活かして3人とも低く捕らえている。

京都府立加悦谷高等学校

トレーニング紹介

川畑　勉

本校の近隣には名勝、天橋立や鬼伝説で有名な大江山が有り、京都府北部の日本海側に位置しています。１学年普通科４クラス、内体育系１クラスで全校生徒４８０名の小規模校です。ウエイトリフティング部の歴史は浅く私が平成４年に西宇治中学校より赴任し、陸上部の顧問をしながら基盤をつくり翌年に同好会として活動をはじめました。平成６年に創部し平成９年のインターハイ会場校として準備をすすめました。創部以来全国で勝てる選手、世界で戦える選手の育成を目標として現在に至っています。部員は少なく３学年男女で毎年１３名から２０名程度で推移しています。１５年度入学者は６名がすでに決まっています。部員は陸上の経験者が多く、そのほとんどが陸上の強化としてウエイトトレーニングを経験し、中には全国中学生ウエイトリフティング大会に出場した者もいます。１４年度の全中大会には４名が出場し、今年は過去最多の約１０名が出場を予定しています。この出場人数はチーム単位で過去最高数になると思います。

この背景にはいくつかの理由があります。

（1）ウエイトトレーニングが陸上の強化として理解されている
（2）私が陸上の出身で陸上関係者との交流がある
（3）指導依頼があれば快く引き受ける
（4）ウエイトリフティングと陸上の２本立てで強化できる
（5）京都府ウエイトリフティング協会の支援がある
（6）本校入学者の活躍と進路指導

以上のことが主な理由と思われます。この中でも本校を会場として実施している、京都府ウエイトリフティング協会主催の国体強化練習会に、陸上の中学生が14年度から参加するようになったことが大きな一歩となりました。これには引率顧問も参加します。この時に協会会長をはじめとし選手に至るまで中学生に声をかけてくれます。この年から中学生のウエイトトレーニングはスナッチ、ジャーク、スクワットがメイン種目となりました。これは普段本校にトレーニングに来る時も同様です。最近ようやく陸上の指導者にもパワーリフト（クイックリフト）種目のスナッチやジャークが大変有効であることが理解してもらえるようになったからです。スナッチ、ジャークが上手くできるようになると全中大会に関心を持つようになります。そして京都府の各大会を見学し、採点競技会に出場してくれます。出場しても高校で陸上を継続する者もいれば、転向してくれる者もいます。今までにも数々の良い出合いがありました。陸上の中には素晴らしい能力を持った選手が多くいます。１５年度入学者の山内嘉はジュニアオリンピック（陸上の全国大会）の円盤投げ５４ｍで２位、砲丸投げは１６ｍ６０cmの記録を持っています。彼は身長が171cmと投擲選手としては低く将来の不安からウエイトリフティングへ、その他４名も短距離と砲丸投げをしていて、何れも体格的に将来の不安を感じての転向となっています。資質の高い選手ばかりではありませんが、次はウエイトリフティングでチャンピオンになりたいと全員が思っています。高校生でナショナル入りしその後世界でメダルが狙える選手、これを前提として今後も選手の獲得活動を続けたいと思っています。

トレーニング

本校は交通の便がわるく汽車通学者は遅くても午後６時にトレーニングを終えなければなりません。普段は２時間のトレーニングで全体終了しますがその後、残って続ける者もいます。セットのインターバルはできる限り短縮するよう通常は一本のシャフトで二人までにしています。内容は全国の皆さんが実施されているものとほとんど変わりはないと思いますが紹介します。

競技レベルが上がるに連れ年間を通して大会があります。中でも８月のインターハイ、10月の国体、３月の全日本ジュニアと全国選抜が大きな山になります。一般的な進め方として鍛練期、準備期、試合期、移行期がありますが本校では次のように行っています。

（1）鍛練期、準備期 ― 量（トレーニングの総重量）多い、強度（質）低い
　① 一般的運動能力の開発とその獲得
　　ダッシュ、ジャンプ系、マット運動、スタミナの養成
　②負荷と回数
　　前期 ― 低中負荷×高回数 ＝ 筋肥大
　　後期 ― 中高負荷×低回数 ＝ パワーの開発
　③低負荷でのテクニック
（2）移行期
　①一般的運動能力の開発 → 中高負荷のテクニック
　②負荷と回数 ― 高負荷×低回数
（3）試合期
　①高負荷のテクニック
　②調整期を含め週サイクルで徐々に高い山の頂点を目指す
（4）移行期
　①積極的休養と心身のリハビリ
　②課題の確認

目標とする大会の間で、上記の順でトレーニングを進めます。しかし初心者はどの期間であってもテクニックの量(割合)を多くします。上級者はある程度のテクニックをマスターしているので補強を多くします。

本校の重点種目と目的
　クイックスクワット、バックエクステンション、チンニング
　各種腹筋運動 ― シットアップ、ツイスティングシットアップ、ニーツーチェスト
　　レッグレイズ、レッグスライド、トランクカール、サイドベント

クイックスクワットはプルにおけるキック、スナッチのキャッチ、クリーンのキャッチから立ち上がり、ディップ等のスピードテクニックとして２年前から実施しています。これはプライオメトリックコントラクションを意識したもので、伸張性筋収縮から短縮性筋収縮へ素早く切りかえることで、より大きなパワーが発揮される利点があるからです。このスクワットではリバウン

Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング

2004 No. 90

㈱日本ウエイトリフティング協会会報

ウエイトリフティング協会会報　NO90　2004年12月号

目　次

“熱戦秋の陣！”～団体戦三大会を終える」		1
第12回中・日・韓ジュニア交流競技会に参加して	舟喜　信生	4
大学生研修会報告	菊田三代治	8
2004フレンドシップ大会を終えて	鈴木　誠二	10
	野沢　雄一	13
第20回世界マスターズ大会	大森　康正	15
◆生涯学習について考えた	古賀　弘	19
第17回アジアジュニア大会	菊田三代治	20
第49回全日本学生新人選手権大会	篠　弘明	22
2004年日・中市民スポーツ交流事業報告	小宮山哲雄	25
第59回国民体育大会	佐藤　薫	35
第41回全日本社会人選手権大会	長谷　章一	38
◆実業団クラブ紹介（トヨタ自動車）	古賀　丈士	42
第50回全日本大学対抗選手権大会	小平　紀生	45
◆男子団体優勝の喜び（法政大学）	平良　朝順	46
◆女子団体優勝の喜び（日本体育大学）	今鉾　一恵	47
大学クラブ紹介（立命館大学）	影山　博文	52
「力」の民話・伝説（22）滋賀県の巻	会長　林　克也	54
《公認記録表》		
第31回東北総合体育大会記録から		58
～		～
第50回全日本大学対抗選手権大会記録まで		80

表紙写真：国体団体優勝の埼玉県選手団

10月26日から29日までの間、埼玉県「さいたま市記念総合体育館」で開催された第59回国民体育大会は、地元埼玉県チームが沖縄県を1点差で逃げ切り、4年ぶり10回目の優勝を飾った。

熱戦秋の陣！団体戦三大会

【国民体育大会】地元埼玉県が沖縄県に1点差で逃げ切り天皇杯を獲得！

【社会人大会】自衛隊体育学校が着実に点を重ね”3年連続29回目”の総合優勝を飾り、内閣総理大臣杯を受賞した！

“団体戦の華”インカレ!!

【男子】法政大学が日本大学に2点差を付けて逆転勝ち！4年ぶり15回目の優勝を飾る。

【女子】日本体育大学が4名全員優勝し、立命館大学に11点の差を付けて女子インカレ設立から5連覇を達成した！

更なる大学強化を！　強化の柱となれ！

・・・・大学生研修と Jr.Superiority 合宿・・・・・

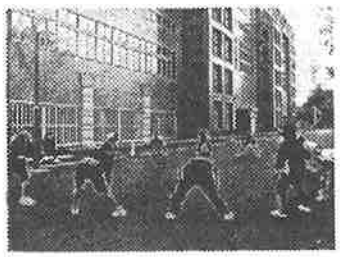
9月から12月にかけて、多くの学生の大会が繰り広げられた。学生の強化復活が、日本復活と言っても過言ではない。その中で、2002年の競技者育成プログラム(ナショナルトレーニングシステム)の発足以来、その目的を達成するために数々の事業を展開してきたが、今年も各大学の競技者育成プログラムへの理解と定着を図り、さらに大学生競技者の強化を推進するために大学生研修会(2年目)と Jr.Superiority 合宿(3年目)が実施された。

大学生研修会は9月10日～12日までの2泊3日に亘って、JISS(国立スポーツ科学センター)で 11大学　28選手が参加して熱心に講義を聴き、実技と練習に早朝から、夜9時までの1日14時間を使い、有意義な研修会を終了することができた。その内容は、実に中身の濃い研修内容だったと学生から好評をえることが出来た。各大学に帰って、如何に還元できるかにかかっている。その内容を紹介すると、

（1）学生スポーツの意義と趣旨説明と競技者育成プログラムについて・・小平学連会長
（2）講義「トレーニングと栄養」・・・JISS 目加田優子先生
（3）講義「障害のケアと予防」・・・・東京大学　渡會公治先生
（4）講義「メンタル・トレーニング」・・・JISS　三村　覚　先生
（5）講義「技術分析」・・・早稲田大学　岡田純一　先生
（6）実技「競技にあった体操とストレングス」・・・JISS 土黒　秀則　先生
（7）実技「筋力トレーニング」・・・JISS 土黒　秀則　先生
（8）実技「スナッチ/クリーン&ジャーク/スクワットなど」・・協会　菊田三代治
（9）ウエイトリフティング・テスト・・・協会　小宮山哲雄、長谷場久美
（10）総括・・・協会　岡本　実

次に12月10日から19日までの10日間は、一年間の学生大会の成績を基にして、来年度以降の活躍を期して、男子10名、女子7名を選抜して Jr.Superiority 合宿が実施された。学年末試験直前で学生にとっては、多忙な期間ではあったが、以下の目的で、一日7時間から8時間のロング・ラン・トレーニングを行った。目的①NTS の一貫事業であり、世界を目指す意欲の喚起②オールラウンドな体力づくりの必要性と実際のトレーニング③ウエイトリフティング技術の確認と修正トレーニングの実行④来年度以降の目標記録の設定と練習計画の策定　などである。若さ溢れる練習風景は、他を圧倒する風を呼び寄せる力がある。今の風を上昇気流に乗せて、上がっていって欲しい。

（担当　菊田三代治）



２００４年日・中市民スポーツ交流事業報告

報告者　　小宮山哲雄
　　長谷場久美

1、事業主　　（財）日本体育協会スポーツ指導育成部

2、目　的　　日本と中国のスポーツ競技力向上のための指導者研修

3、日　程　　平成１６年１０月２０日（水）～２６日（火）

4、研修場所　　中華人民共和国・北京市及び上海市

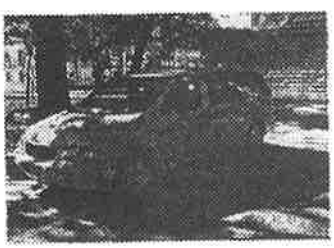
5、参加者　　小宮山哲雄（日本ウエイトリフティング協会）
　　長谷場久美（日本ウエイトリフティング協会）
　　野口　有里（日本体育協会育成部育成課課長）

【　報告書　】

１０月２０日（水）　　日本→中華人民共和国・北京　移動

１０月２１日（木）２２日（金）２３日（土）　　北京市

（財）日本体育協会の事業であるため中国体育総局（協会）事業部へ訪問。



五輪マークの入りの車で行動

国家体育総局（日本の体育協会）

国家体育総局部長　史　康成　氏と国家体育局課長　謝　燕敏　氏の談

中国強化体制（ウエイトリフティング含む全競技・種目について）

①　選手育成
☆国をあげての選手づくり、地方で選手発掘
郷・村で選手発掘→県及び区での強化　→　各省選抜　→ナショナルメンバー

②　指導者育成
☆選手終了後は教師あるいはコーチの道へ
コーチ資格及び研修会は日本とほぼ同じである。
初級・中級・高級のそれぞれの資格がある。

③　報奨制度
☆ オリンピック金　　国家より　　２０万元（日本円約２８０万円）
省より　　５０万元（　〃　７００万円）
市より　　５０万元（　〃　７００万円）
県または村より　家またはアパート　等
スポンサーからは別に報奨金あり
（例…一人の香港人は３０万香港ドルと１kgの金を提供）
オリンピック銀　　金の２／３
オリンピック銅　　金の１／３

○　北京体育大学訪問

懇談者…余　学鋒　氏（外事所長）　梁　文　氏（副教授：通訳）
謝　勇　監督（ウエイトナショナルコーチ）

余　氏　談
概要…　学生約１０，０００名（本科生６，０００名：通信及び本校以外）
大学院生１，０００名
付属体育高校２校で約１，０００名（地方で通信等で３，０００名）
創立５１年を迎える。
国家体育北京体育大学内に国家体育総局教司所（日本の体育協会育成課）があるため、コーチの資格（初級・中級・高級）勉強が大学でも出来る（上海体育大学も同じ）。選手育成よりも資格を取る生徒が多い。選手生活が終わって勉強に専念する生徒もいるため、年齢も２０後半から３０歳になる学生も少なくない。（アテネオリンピック男子69kg級チャンピオンの張国政選手やシドニーオリンピック男子77kg級チャンピオン占旭剛選手も在籍）
全競技種目で優秀選手（国内３位以内、国際大会６位以内）は推薦入学制度ある。但し、オリンピックで活躍する選手も学費は支払い、免除等はない。
校内にリハビリティーションの施設も完備。

謝　勇　監督　談　（ウエイトリフティング部概要）

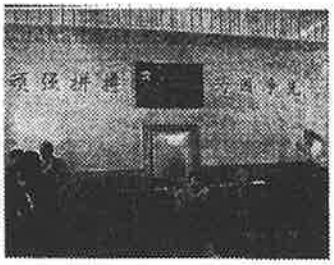
１９７９年創部、現在２５年目である。
部員　男子１８名　女子８名　（１２歳～３０歳：中・高・大・社会人の一貫教育をしているためこの年齢構成）　　指導者（コーチ）は３名
現在ウエイトリフティング競技を行っている大学は８校で高校は多い。小学生や中学生は地方の学校で競技を行っており、ウエイトリフティングが出来る“少年技術学校”あるいは“運動技術学院”に通っている生徒もいる。

現在６名の世界チャンピオンがこの大学から出ている。84年ロスオリンピックや、99年世界選手権大会女子でも活躍。

中国では１２歳以下でも競技を行っているものが多い。
年代別大会　　１２・１３歳の大会
　　１４・１５歳の大会
　　１６・１７歳の大会

スカウトも行っており、省や市・県・郷および村で能力（体力、バネ等）の高い選手がいたら勧誘してくる。１８歳以下であれば近くの中学校や付属高校に通う。

男子上位選手　　62kg級選手　Ｓ１４５kg　Ｊ１８０kg
　　69kg級選手　Ｓ１５０kg　Ｊ１８０kg
　　69kg級選手　Ｓ１４０kg　Ｊ１７５kg



小宮山氏　　謝監督　野口氏
余氏　史氏　長谷場氏　　梁氏　　北京体育大学練習風景

董　生輝　氏　紹介と談　（中国挙重協会事務局長）

右から３人目　　董　氏

現在５種目の事務局長でもある。
（ウエイト、ボクシング、柔道、
レスリング、テコンドウ）

・山東省出身
・国家公務員
（日本で言うと行政の役人）
・３年前は自転車競技の事務局長

○　中国のウエイトリフティング競技全国試合

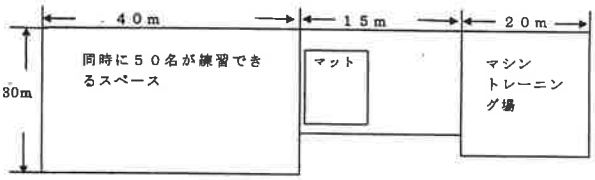
・全国運動競技会　（４年に１回）…　各省で予選あり（日本の国体と同じ）
・全国優勝大会　（毎年）　…　ランキング１５位以内
・全国選手権大会（毎年）　…　各地方予選あり

○　コーチ制度

・１９８５年から始まる。
・他競技と同じ初級（各支部で育てる）、中級、高級（ナショナルコーチ）
上記コーチ　　計２００名

○　北京ナショナルトレーニングセンター

・北京市において通年で練習。
・男子　３０～４０名　　女子　４０名程度（入れ替えあり）
・軽量級は南地域、重量級は北地域の選手が多い。

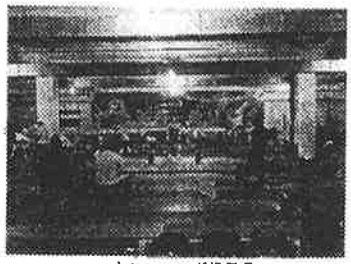


○　先農壇運動技術学院

・北京市内に体育技術学校は６校あり、この学校にはウエイトリフティング競技種目がある。

・男子　１８名
（ナショナル１名、Ｊｒ３名）
女子　１６名
（Ｊｒ３名）

・高級コーチ　１名
コーチ　３名



トレーニング場風景

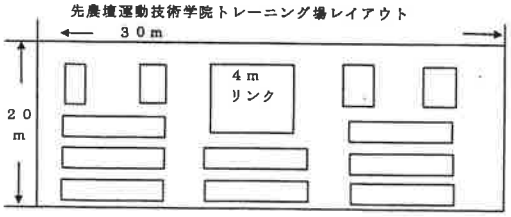
トレーニング形態　　（○印はトレーニング）

	日	月	火	水	木	金	土
午　前	終日休み	授業	○	○	授業	○	○
(9:00～11:00)							
午　後		○	○	○	軽○	○	
(14:30～17:00)							
夜				授業		授業	

授業については一般科目と体育専門科目を学習
全寮制であり、授業料・寮費も国・市・省が負担

男子の上位選手　　77kg級選手(85生)　Ｓ１５０kg　Ｊ１９０kg
　　94kg級選手(84生)　Ｓ１６０kg　Ｊ２０５kg
　　105kg級選手(80生)　Ｓ１６５kg　Ｊ２０５kg
女子の上位選手　　48kg級選手(87生)　Ｓ　８０kg　Ｊ１００kg
　　53kg級選手(87生)　Ｓ　97.5kg　Ｊ１２０kg
　　+105kg級選手(87生)　Ｓ１２５kg　Ｊ１６５kg

先農壇運動技術学院トレーニング場レイアウト



１０月２４日（日）２５日（月）　　上海市

○　上海体育学院紹介

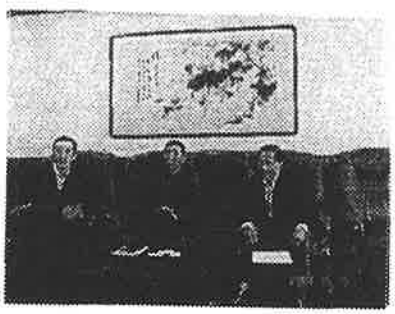
・１９５２年創立

・教職員　７００名
生徒　４０００名

・１０の専攻科あり
（スポーツ中心でコーチ養成、社会体育等）

・全寮制

・付属校　１校



左から通訳　　張　家馬　氏　厳　光裕氏
の金銀日氏

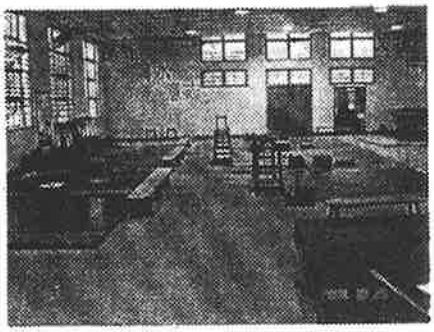
上海体育学院では北京体育学校と同じ形態で学校を運営しており、競技で活躍している選手もいるが、どちらかというとコーチの資格、教員養成、社会体育各競技種目指導者要請を目指している。
１９８８年から国家体育総局（日本でいう日本体育協会）がコーチ養成を目的として上記２校に国のコーチ資格を取得できる授業を組み入れた。
２００２年から中国教育局、上海教育局の管理下になる

張　家馬　氏　紹介

・上海体育学院　成人教育部教育培訓主任　心理学副教授

厳　光裕　氏　紹介と談

・上海体育学院教授
・現在中国ウエイトリフティング協会顧問、以前は副会長。
・女子の指導にも貢献。北京は男子中心の強化、上海は女子中心の強化。
・ウエイトリフティング部部員　　男子　女子　で３０名　　コーチ　３名
少年体育学校より良い選手はスカウトする。
練習は午前授業午後トレーニング中心。
８８年・９４年女子選手世界チャンピオンを輩出。



トレーニング場風景

１０カ所で同時に練習可能

○　上海体育運動技術学院

・ウエイトリフティング、陸上、自転車競技の３つの種目を持つ運動専門学校。
（アテネオリンピック男子１１０ｍハードル金メダリストの劉翔選手もこの学校の生徒である）

・ウエイトリフティング競技　選　手　７０名　指導者　８名
陸上競技　選　手　２００名　指導者２０名
自転車競技　選　手　４０名　指導者　６名

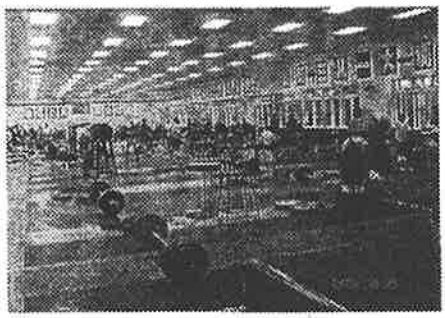
・ウエイトリフティング場（６０ｍ×２０ｍ）、４００ｍトラック、自転車場（３００ｍバンク）が完備され、当然全寮制である。

ウエイトリフティング場はとにかく大きい。同時に５０名がトレーニングできるスペースであり、１５０名～１８０名はトレーニングできるであろう。

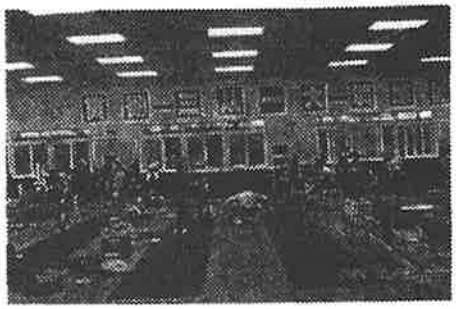
男子選手（１４歳～２７歳）４０名　女子選手（１３歳～２０歳）３０名
指導者　７名

男子の上位選手	77kg級選手(87生)	Ｓ１５０kg	Ｊ２０５kg
	+105kg級選手(81生)	Ｓ１８５kg	Ｊ２２０kg
女子の上位選手	48kg級選手	Ｓ　８０kg	Ｊ１０５kg
	53kg級選手	Ｓ　87.5kg	Ｊ１０５kg
	58kg級選手	Ｓ　９５kg	Ｊ１１５kg
	63kg級選手	Ｓ　９５kg	Ｊ１２０kg
	69kg級選手	Ｓ　１１５kg	Ｊ132.5 kg
	+75kg級選手	Ｓ　127.5kg	Ｊ１６０kg

・　トレーニング形態については北京市の先農壇運動技術学院とほぼ同じで、練習中心である



広々とした
トレーニング場



選手は黙々と
練習に打ち込んでいた

１０月２６日（水）　上海→成田空港へ

【 研修を通して 】

中国のウエイトリフティング競技は強化種目であるが、人気種目ではないようである。やはりサッカー・バレーの球技系や体操等が人気だそうだ。しかし、国・省・市がスポーツ選手に対して教育費、寮費等を全て負担（経済的に貧しい家庭が多い）し、練習に打ち込める環境を整えているため専念できるのであろう。

また、各省・市・区・学校の強化体制はその場所に集まれる１３歳から２７歳までが同じ道場で練習していること（一貫指導）。そして、強くなればＪｒチーム・ナショナルチームへ選抜され、通年で練習できることであろう。

報奨金は結果が出てからの見返りであって、練習できる環境作りが一番であろう。

世界記録と中国記録の比較　（　男　子　）

階級	種目	世界記録	中国記録	Ｊｒ世界記録	Ｊｒ中国記録
56kg	Ｓ	１３８．５	１３２．５Ｓ	１３０．５	１３０．０
	Ｊ	１６８．０	１６５．５	１６５．０	１６５．０
	Ｔ	３０５．０	２９５．０	２９５．０	２９５．０
62kg	Ｓ	１５３．０	１５３．０	１５２．５	１５２．５
	Ｊ	１８２．５	１８２．５	１７５．５	１７５．０
	Ｔ	３２５．０Ｓ	３２７．５	３２２．５	３２７．５
69kg	Ｓ	１６５．０	１６０．０	１５５．０	１５５．０
	Ｊ	１９７．５	１９７．５	１８７．５	１９２．５
	Ｔ	３５７．５	３５２．５	３５６．０	３３７．５
77kg	Ｓ	１７３．５	１７２．５	１７２．５	１６５．０
	Ｊ	２１０．０	２０７．５	２０２．５	１９５．０
	Ｔ	３７７．５	３７０．０	３７５．０	３５５．０
85kg	Ｓ	１８２．５	１７５．０	１８２．５	１７５．０
	Ｊ	２１８．０	２１８．０	２０５．０	２００．０
	Ｔ	３９５．０	３８７．５	３７２．５	３７０．０
94kg	Ｓ	１８８．０	１７５．０Ｓ	１８５．０	１６７．５Ｓ
	Ｊ	２３２．５	２１３．０	２３２．５	２０５．０
	Ｔ	４１７．５Ｓ	３８７．５	４１２．５	３６５．０
105kg	Ｓ	１９８．５	１９８．０	１９８．５	１７２．５Ｓ
	Ｊ	２４２．５Ｓ	２２５．０	２３２．５	２０７．５
	Ｔ	４４０．０Ｓ	４２０．０	４１５．０	３７２．５Ｓ
+105kg	Ｓ	２１３．０	２００．０	１９５．０	１８５．０
	Ｊ	２６３．５	２５０．０	２４０．０	２３１．０
	Ｔ	４７２．５	４４７．５	４３０．０	４０７．５

※　記録の後のＳ印はスタンダード（基準）記録

世界記録と中国記録の比較　（　女　子　）

階級	種目	世界記録	中国記録	Ｊｒ世界記録	Ｊｒ中国記録
48kg	Ｓ	９７．５	９７．５	９２．５	９７．５
	Ｊ	１１６．５	１２０．０	１１５．５	１１２．５
	Ｔ	２１０．０	２１２．５	２０７．５	２１０．０
53kg	Ｓ	１０２．５	１００．０	９７．５	９７．５
	Ｊ	１２７．５	１２７．５	１２５．０	１２２．５
	Ｔ	２２５．０	２２５．０	２２０．０	２１５．０
58kg	Ｓ	１１０．０	１１５．０	１１０．０	１１２．５
	Ｊ	１３３．０	１４０．０	１３２．５	１３７．５
	Ｔ	２４０．０	２５０．０	２４０．０	２４０．０
63kg	Ｓ	１１５．０	１１７．５Ｓ	１１３．０	１１５．０
	Ｊ	１３８．０	１４５．０	１３３．０	１４０．０
	Ｔ	２４７．５	２５７．５Ｓ	２４２．５	２４０．０
69kg	Ｓ	１２２．５	１２２．５	１２２．５	１２２．５
	Ｊ	１５３．０	１５５．０	１５３．０	１５５．０
	Ｔ	２７５．０	２７７．５	２７５．０	２７７．５
75kg	Ｓ	１２５．０	１２５．５	１２５．０	１２５．５
	Ｊ	１５２．５	１５７．５Ｓ	１４７．５	１５０．０
	Ｔ	２７２．５	２８２．５Ｓ	２７２．５	３６５．０
+75kg	Ｓ	１３７．５	１３７．５	１３２．５	１３０．０
	Ｊ	１８２．５	１８２．５	１６８．５	１６５．０
	Ｔ	３０５．０	３１２．５	２９５．０	２９２．５

※　記録の後のＳ印はスタンダード（基準）記録

男・女とも世界記録より高い中国記録が存在する。

平成２０年度事業計画

各支部協会をはじめ関係諸団体との連携と協力のもとにウエイトリフテイング競技の一層の普及と発展のため各種事業の推進を図る。

本年８月開催の北京オリンピック競技大会でのメダル獲得及び上位入賞を目標に代表選手の徹底強化を進めるとともに、恒久的オリンピック選手育成のため、ナショナルトレーニングシステムの充実、国立スポーツ科学センターとの連携、新たに設置されたナショナルトレーニングセンターを活用し、効果的な強化事業の展開と次の諸事業を推進する。

1　全国大会の開催

トップレベルの選手育成及び生涯スポーツ振興のため、以下の全国大会を開催する。

大　　会　　名	期　　日	会場地	会　　場
第68回全日本選手権大会 第22回全日本女子選手権大会	4／ 4～ 4／ 6	山梨県 甲府市	小瀬スポーツ公園 武道館
第５回全日本学生選抜大会	4／19～ 4／20	埼玉県 さいたま市	さいたま市 記念総合体育館
第54回全日本学生個人選手権大会	5／16～ 5／18	大阪府 羽曳野市	羽曳野市 総合スポーツセンター
第11回全国高等学校女子選手権大会	7／19～ 7／21	沖縄県 那覇市	那覇市民体育館
第55回全国高等学校選手権大会	8／ 6～ 8／ 9	埼玉県 さいたま市	さいたま市 記念総合体育館
第22回全国中学生大会	8／24	京都府 京都市	日本電池体育館
第63回国民体育大会	10／ 4～10／ 6	大分県 国東市	アストくにさき
第53回全日本学生新人選手権大会	10／11～10／12	神奈川県 横浜市	横浜市 磯子スポーツセンター
第26回全日本マスターズ選手権大会	10／25～10／25	岩手県 江刺市	江刺市中央体育館
第54回全日本大学対抗選手権大会　Ⅱ部	10／31～11／ 2	大阪府 羽曳野市	羽曳野市 総合スポーツセンター
第45回全日本社会人選手権大会	11／22～11／24	新潟県 三条市	県央地域地場産業振興 センター
第54回全日本大学対抗選手権大会　Ⅰ部	11／30～12／ 1	神奈川県 横浜市	横浜市 磯子スポーツセンター
ＪＯＣジュニアオリンピックカップ 第29回全日本ジュニア選手権大会	3／ 7～ 3／ 8	茨城県 石岡市	石岡運動公園体育館
第24回全国高等学校選抜大会	3／27～ 3／29	石川県 金沢市	金沢市 記念総合体育館

2　選手強化事業の推進

(1) 北京オリンピック競技大会対策

2006年・2007年の世界選手権大会の成績により、男子３名・女子３名のオリンピック出場枠を獲得した。オリンピック大会で活躍できる選手の選考を行うとともに、代表選手の継続的な強化を実施し、万全の体勢で本大会に臨めるように努める。

(2) 恒久的オリンピック選手育成対策

2010年シンガポールでの開催が決定したユースオリンピック大会も視野に入れ、ナショナルトレーニングシステムの一層の浸透を図り、タレントの発掘から一貫指導までを継続的に推進する。

(3) 強化合宿事業の充実

平成２０年１月にオープンしたナショナルトレーニングセンターを効果的に活用するとともに国立スポーツ科学センターのトータルサポートシステム等による医学・科学・情報の支援を受けることで効果的げ充実した強化合宿を展開する。

(4) 強化合宿事業の実施

① 国内強化合宿（Ⅰ）

合宿名	ｺｰﾁ数	選手数	期間	場所	区分
１回　アジア選手権代表合宿（女）	5名、	15名	4／11～ 4／24	金沢市	基金
２回　アジア選手権代表合宿（男）	4名、	8名	4／14～ 4／24	金沢市	JOC
３回　世界ジュニア対策合宿（男女）	6名、	15名	5／13～ 5／20	ＮＴＣ	JOC
４回　オリンピック対策合宿（女）	4名、	7名	5／13～ 6／ 9	ＮＴＣ	JOC
５回　世界ジュニア対策合宿（男女）	6名、	15名	6／ 2～ 6／10	ＮＴＣ	JOC
６回　オリンピック対策合宿（男）	3名、	4名	6／ 2～ 6／28	ＮＴＣ	JOC
７回　オリンピック対策合宿（女）	3名、	10名	6／23～ 7／ 6	珠洲市	基金
８回　オリンピック対策合宿（男）	3名、	4名	7／ 7～ 8／ 4	ＮＴＣ	JOC
９回　オリンピック対策合宿（女）	3名、	10名	7／15～ 8／ 4	ＮＴＣ	JOC
10回　大学選抜合宿（男女）	4名、	20名	9／ 6～ 9／20	ＮＴＣ	JOC
11回　アジアジュニア代表合宿（男女）	6名、	15名	10／14～10／24	ＮＴＣ	JOC
12回　世界大学選手権代表合宿（男女）	5名、	12名	11／20～11／23	ＮＴＣ	JOC
13回　アジアジュニア代表合宿（男女）	6名、	15名	11／24～11／27	ＮＴＣ	JOC

② 国内強化合宿（Ⅱ）

１回　世界ジュニア候補合宿（男）	4名、	10名	1／ 5～ 1／17	ＮＴＣ	JOC
２回　世界ジュニア候補合宿（女）	2名、	5名	1／ 6～ 1／20	珠洲市	JOC
３回　世界選手権候補合宿（女）	2名、	5名	1／ 6～ 1／20	珠洲市	JOC
４回　世界大学候補合宿（男）	4名、	14名	2／ 9～ 2／27	ＮＴＣ	JOC
５回　世界選手権候補合宿（男）	4名、	14名	2／ 9～ 2／27	静岡市	JOC
６回　世界選手権候補合宿（女）	3名、	14名	2／ 9～ 2／27	ＮＴＣ	JOC
７回　世界選手権候補合宿（男）	4名、	14名	3／ 9～ 3／24	沖縄県	JOC
８回　世界選手権候補合宿（女）	3名、	14名	3／ 9～ 3／24	ＮＴＣ	JOC

(5) 国際競技会交流

① 国際大会の開催

アジア選手権大会　　4／24～ 5／ 1　金沢市　JOC

アジアの各加盟国・地域参加による、選手権大会の開催。
北京オリンピック大会のアジア地区での最終予選会

② チーム派遣事業

大会名	ｺｰﾁ数	選手数	期間	場所	区分
アジア選手権大会（男女）	8名、	15名	4／24～ 5／ 1	金沢市	JOC
世界ジュニア選手権大会（男女）	6名、	15名	6／10～ 6／23	ｺﾛﾝﾋﾞｱ国	基金
日韓中Ｊｒ交流競技会（男女）	3名、	15名	8／24～ 8／28	千葉県	日体協
世界大学選手権大会（男女）	4名、	10名	11／22～11／30	ｷﾘｼｬ国	JOC
アジアジュニア選手権大会（女）	2名、	7名	12／ 3～12／ 9	韓国	基金
アジアジュニア選手権大会（男）	4名、	8名	12／ 3～12／ 9	韓国	JOC

③ チーム招待事業

大会名		コーチ数	選手数	期間	場所	区分
日韓中大会（男女）	韓国	12名、	15名	10／30～11／ 4	新潟県	JOC
	中国	12名、	15名	10／30～11／ 4	新潟県	JOC

(6) コーチの資質向上事業の実施

① 強化スタッフの指導力の向上と指導体制の充実を図る。
② スポーツ指導者競技別講師全国研修会を開催する。　12／ 6～12／ 7　ＪＩＳＳ
③ 公認スポーツ指導者制度に基づきコーチ養成専門教科講習会を実施する。
　12／20～12／24　ＪＩＳＳ
④ 全国指導者研修会を開催する。　2／ 7～ 2／ 8　ＪＩＳＳ
⑤ ナショナルコーチを海外に研修派遣する。
　韓　国　：　10／ 1～11／ 1
　ロシア　：　11／10～12／10
⑥ 指導書を作成する。
⑦ 優秀指導者の顕彰を行う。

3　競技者育成事業

ナショナルトレーニングシステムの評価・検証を行い、その充実を目指すとともに、競技者育成の理念に基づく指導により、本競技全体の競技力向上を図る。

(1) プロジェクト班によるナショナルトレーニングシステムの完成に向けての各種事業の継続運営を実施。
- ナショナルトレーニングシステムの内容の評価・検討
- ナショナルトレーニングシステム実践のための全国的な組織づくり
- タレント発掘のためのシステムの構築
- ナショナルトレーニングシステムのプログラム作成

(2) 各都道府県及び関係団体への周知徹底

(3) 将来性ある競技者の発掘及び育成事業の実施
- ジュニアユース　：　12／25～12／28　全国を６ブロックに分けての研修合宿の実施
- ジュニアエリート　：　12／25～12／28　全国を４地区に分けての研修合宿の実施
- 大学エリート　：　9／20～ 9／23　男女に分けての研修合宿の実施

4　協会ホームページの充実整備

ホームページの充実を図り、協会登録役員・選手ばかりでなく一般のインターネットユーザーにも情報発進するとともに、情報を公開することで公益法人としての責務を果たす。

5　医科学関係事業

強化指定選手の動作分析と床反力との関係を分析し選手強化の一助とする。

国立スポーツ科学センターのトータルサポートシステム（健康管理、体力測定、心理調査）を活用し強化指定選手にフィードバックし医科学サポートを実施する。

6　アンチドーピング活動

徹底的なアンチドーピングの啓蒙と、ＪＡＤＡ委嘱事業による競技会内外でのドーピング検査を実施する。

7　普及活動

会報の定期的刊行により、競技大会の成績・記録、大会案内、協会事業の紹介、特集等の広報に努める。

8　国際スポーツ交流

ＩＷＦ及びＡＷＦの会議に代表者を派遣し、ＩＷＦ・ＡＷＦとの連携を図り、加盟団体としての責任の履行と国際諸情報の収集に努める。

9　審判員の養成と審判講習会の開催

審判員の資質向上を図るため、昨年度講習会を受講していない国内１級審判有資格者及び国内２級審判員希望者を対象に、全国２ケ所での講習会を開催する。

10　各委員会の活動推進
　定款の定めによる専門委員会の活性化を図り、協会発展のため活発な活動を展開する。

11　環境問題対策
　ＩＯＣ・ＪＯＣの環境問題への取り組みと連携して環境に関わる啓発及び実践活動を行う。

12　顕彰
　表彰規程に基づく、功労者・優秀選手・優秀指導者を顕彰する。

13　財政の確立
　加盟団体及び関係機関への働きかけにより財政確保に努める。
①　定款に基づく賛助会員の充実発展
②　免税寄付金募集の全国展開

株式会社　北國新聞社	2,000,000 円
学校法人金沢学院　金沢学院大学	2,000,000 円
ミズノ株式会社	1,500,000 円
ウエサカ ティー イー	1,000,000 円
その他	2,000,000 円

③　各種競技会開催に伴う広告協賛等の支援
④　ＪＯＣ委託金・交付金、日本スポーツ振興センターからの支援
⑤　各種助成事業に対する応募
⑥　ＪＯＣオフィシャルパートナーシッププログラム競技団体タイアップマーケティングの賛同企業への依頼

平成２０年度　行事開催計画

社団法人 日本ウエイトリフティング協会

4　月		5　月		6　月		7　月		8　月		9　月	
1 火		1 木		1 日		1 火		1 金		1 月	
2 水		2 金		2 月		2 水		2 土		2 火	
3 木		3 土		3 火		3 木		3 日		3 水	
4 金	全日本選手権	4 日		4 水		4 金		4 月		4 木	
5 土	大会	5 月		5 木		5 土		5 火		5 金	
6 日	（山梨県）	6 火		6 金		6 日		6 水	全国高校	6 土	
7 月		7 水		7 土		7 月		7 木	選手権大会	7 日	
8 火		8 木		8 日		8 火		8 金		8 月	
9 水		9 金		9 月		9 水		9 土	さいたま市	9 火	
10 木		10 土		10 火		10 木		10 日	オ	10 水	
11 金		11 日		11 水		11 金		11 月	リ	11 木	
12 土		12 月		12 木		12 土		12 火	ン	12 金	
13 日		13 火		13 金		13 日		13 水	ピ	13 土	
14 月		14 水		14 土	ジュニア	14 月		14 木	ッ	14 日	
15 火		15 木		15 日	世界選手権	15 火		15 金	ク	15 月	
16 水		16 金	全日本大学個人	16 月	大会	16 水		16 土	大	16 火	
17 木		17 土	選手権大会	17 火		17 木		17 日	会	17 水	
18 金		18 日	（大阪府）	18 水	COL	18 金		18 月		18 木	
19 土	全日本学生選抜	19 月		19 木	カリ	19 土	全国高校	19 火	CHN	19 金	
20 日	大会（埼玉県）	20 火		20 金		20 日	女子選手権	20 水		20 土	
21 月		21 水		21 土		21 月	（沖縄県）	21 木		21 日	
22 火		22 木		22 日		22 火		22 金		22 月	
23 水		23 金		23 月		23 水		23 土	日	23 火	
24 木		24 土		24 火		24 木		24 日	韓ー全中大会	24 水	
25 金		25 日		25 水		25 金		25 月	中　（京都）	25 木	
26 土		26 月		26 木		26 土		26 火	Jr	26 金	
27 日	アジア選手権	27 火		27 金		27 日		27 水	交	27 土	
28 月	大会	28 水		28 土		28 月		28 木	流	28 日	世界マスターズ
29 火		29 木		29 日		29 火		29 金	大	29 月	選手権大会
30 水	石川県金沢市	30 金		30 月		30 水		30 土	会	30 火	
		31 土				31 木		31 日	（千葉県）		
								中旬：国体ブロック大会			
								24日：全国中学生大会			

１０月	１１月	１２月	１月	２月	３月
1 水 世界マスターズ選手権大会 2 木 3 金 4 土 5 日 国民体育大会（国東市） 6 月 7 火 8 水 9 木 10 金 全日本学生新人選手権大会（横浜市） 11 土 12 日 13 月 14 火 15 水 16 木 17 金 18 土 19 日 20 月 21 火 22 水 23 木 24 金 25 土 全日本マスターズ選手権大会（岩手県） 26 日 27 月 28 火 29 水 30 木 日韓中大会 31 金 アジア	1 土 日韓中大会（新潟） 2 日 全日本大学対抗Ⅱ部（大阪） 3 月 4 火 5 水 クラブ選手権KOR 6 木 7 金 8 土 9 日 10 月 11 火 12 水 13 木 14 金 15 土 16 日 17 月 18 火 19 水 20 木 21 金 22 土 全日本社会人選手権大会（新潟県三条市） 23 日 24 月 25 火 世界大学選手権大会 予定GRE 26 水 27 木 28 金 29 土 30 日 全日本大学対アジアユース	1 月 抗1部横浜市 2 火 3 水 アジアジュニア選手権大会KOR 4 木 5 金 6 土 講師 7 日 競技別研修会（JISS） 8 月 9 火 10 水 11 木 12 金 13 土 14 日 15 月 16 火 17 水 18 木 19 金 20 土 公認コーチ養成専門教科講習会 21 日 22 月 23 火 24 水 JISS 25 木 26 金 27 土 28 日 29 月 30 火 31 水	1 木 2 金 3 土 4 日 5 月 6 火 7 水 8 木 9 金 10 土 11 日 12 月 13 火 14 水 15 木 16 金 17 土 18 日 19 月 20 火 21 水 22 木 23 金 24 土 25 日 26 月 27 火 28 水 29 木 30 金 31 土	1 日 2 月 3 火 4 水 5 木 6 金 7 土 全国指導者研修会（JISS） 8 日 9 月 10 火 11 水 12 木 13 金 14 土 15 日 16 月 17 火 18 水 19 木 20 金 21 土 22 日 23 月 24 火 25 水 26 木 27 金 28 土	1 日 2 月 3 火 4 水 5 木 6 金 7 土 全日本ジュニア選手権大会（茨城県石岡市） 8 日 9 月 10 火 11 水 12 木 13 金 14 土 15 日 16 月 17 火 18 水 19 木 20 金 21 土 22 日 23 月 24 火 25 水 26 木 27 金 全国高校選抜大会（金沢市） 28 土 29 日 30 月 31 火
	日韓中大会（新潟県津南町）				

記　録　一　覧

第２３回関東高等学校選抜大会	７１
第２２回北信越高等学校選抜大会	７１
第１３回東海高等学校選抜大会	７２
第１２回近畿高等学校選抜大会	７２
第１１回中国高等学校選抜大会	７３
第９回四国高等学校選抜大会	７３
第１７回全九州高等学校選抜大会	７４
第２８回全日本ジュニア選手権大会	７５
第２３回全国高等学校選抜大会	７６

第23回関東高等学校選抜大会　2008.01.26～27　東京都大田区

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
53Kg	1	河合 直樹	山梨	桂高校	90	2	52.78	72	75	78 ×	88	92	94 ×	75	1	92	1	167
53Kg	2	渡邊 康弘	茨城	石岡第一高校	91	1	52.08	55	58	61	75	80 ×	80 ×	61	2	75	3	136
53Kg	3	杉山 正一	栃木	栃木翔南高校	91	2	51.74	50 ×	50	53 ×	70	75	78 ×	50	4	75	2	125
53Kg	4	竹内 聡志	神奈川	大原高校	92	1	52.72	48 ×	48	51	65 ×	65	70 ×	51	3	65	4	116
56Kg	1	萩原 和希	埼玉	埼玉栄高校	91	2	54.88	65	68	70 ×	85	88	90 ×	68	3	88	2	156
56Kg	2	金沢 高太	群馬	藤岡工業高校	90	2	54.04	65	68	70	80	85	88 ×	70	1	85	4	155
56Kg	3	高橋 幹史	群馬	利根実業高校	91	2	54.68	63	66	69	78	81 ×	82	69	2	82	6	151
56Kg	4	吉川 充	神奈川	法政第二高校	90	2	55.44	61 ×	61	64 ×	85 ×	85	89	61	7	89	1	150
56Kg	5	鈴木 雅樹	埼玉	埼玉栄高校	91	1	55.08	62 ×	62 ×	62	82	85	87	62	6	87	3	149
56Kg	6	大澤 秀平	東京	東亜学園高校	91	1	55.12	63	65 ×	67 ×	78	81	85	63	5	85	5	148
56Kg	7	五位渕 卓	茨城	石岡第一高校	91	1	55.48	63	68	71 ×	80 ×	80	84 ×	68	4	80	7	148
62Kg	1	奥秋 良隆	山梨	桂高校	90	2	60.92	85	88 ×	88	108	111	114 ×	88	2	111	1	199
62Kg	2	石井 路夢	神奈川	大原高校	90	2	60.56	87	90	93 ×	105	108	110 ×	90	1	108	2	198
62Kg	3	菅谷 淳美	茨城	石岡第一高校	91	2	60.70	78	83	85	95	100	105	85	3	105	3	190
62Kg	4	立川 将之	茨城	石岡第一高校	91	1	61.04	68	73	75 ×	90	93 ×	93	73	4	93	4	166
62Kg	5	山野辺洋平	神奈川	法政第二高校	90	2	61.72	70	73	75 ×	90	93 ×	94 ×	73	5	90	7	163
62Kg	6	日下 拓紀	栃木	栃木翔南高校	90	2	60.52	62	67	70	83	87	90	70	8	90	6	160
62Kg	7	鈴木 雄太	埼玉	埼玉栄高校	91	1	60.20	65 ×	65	68	87	90	92 ×	68	9	90	5	158
62Kg	8	庭内 裕輝	群馬	藤岡工業高校	90	2	59.74	64 ×	64	70	82	85 ×	85 ×	70	7	82	8	152
62Kg	9	大澤 真彦	千葉	市川西高校	92	1	60.30	65	70	72	80	85 ×	87 ×	72	6	80	9	152
62Kg	10	北川 淳	東京	東亜学園高校	91	1	60.92	40	45	48	57 ×	57	60 ×	48	11	57	10	105
62Kg	11	白沢 尚也	山梨	日川高校	90	2	60.54	35	—	—	40	—	—	35	12	40	11	75
62Kg		北村 光	東京	東京学園高校	91	2	60.94	60 ×	60	63	75 ×	75 ×	75 ×	63	10	—		—
69Kg	1	出山 司	千葉	八千代松陰高校	90	2	66.74	88	93 ×	93	110	117	120 ×	93	1	117	1	210
69Kg	2	阿部 貴裕	栃木	小山南高校	91	2	65.00	80	83	87	100	104	108 ×	87	2	104	3	191
69Kg	3	村田 光平	茨城	石岡第一高校	91	2	68.22	83	85	88 ×	100	105	108 ×	85	3	105	2	190
69Kg	4	川久保直樹	千葉	市川西高校	92	2	65.54	75	80	82	95	100 ×	100 ×	82	4	95	6	177
69Kg	5	相島 俊彦	埼玉	埼玉栄高校	91	2	66.52	70	75 ×	75	95	100	102	75	6	102	4	177
69Kg	6	福垣 榮亮	埼玉	川口高校	91	1	64.18	70	75 ×	75 ×	95	100 ×	100	70	7	100	5	170
69Kg	7	鈴木 翔二	茨城	石岡第一高校	91	2	67.06	68	70	75 ×	85	90 ×	90	70	8	90	7	160
69Kg		大山 剛	群馬	前橋工業高校	90	2	66.18	76	80 ×	80 ×	95 ×	95 ×	95 ×	76	5	—		—
77Kg	1	津野田智也	山梨	日川高校	90	2	75.30	95	99 ×	99 ×	120	124	127 ×	95	2	124	1	219
77Kg	2	安江 勇輝	東京	東亜学園高校	90	2	75.26	93	97	100	107 ×	107	115 ×	100	1	107	4	207
77Kg	3	岩田悠太郎	東京	東亜学園高校	90	2	76.22	85	90	95 ×	105	108	111	90	4	111	2	201
77Kg	4	佐藤 隆裕	茨城	石岡第一高校	90	2	74.42	90	95 ×	95 ×	110 ×	110 ×	110	90	3	110	3	200
77Kg	5	金澤 賢宏	群馬	藤岡工業高校	90	2	75.04	85 ×	85 ×	85	100	105	107 ×	85	6	105	5	190
77Kg	6	柴崎 博紀	茨城	石岡第一高校	90	2	71.10	80	85	88 ×	100	105 ×	105 ×	85	5	100	6	185
77Kg	7	関塚 剛	栃木	小山高校	90	2	75.06	75	78 ×	78	95	100 ×	100 ×	78	7	95	8	173
77Kg	8	幡木 豊	千葉	八千代松陰高校	91	2	69.66	70	75	79 ×	90	96	100 ×	75	8	96	7	171
77Kg	9	中澤 偉人	栃木	栃木翔南高校	91	1	74.56	62	67	71 ×	82	87	91 ×	67	9	87	9	154
77Kg	10	中川 悟志	神奈川	法政第二高校	90	2	75.38	60	63	65	78	81 ×	81 ×	65	10	78	10	143
77Kg	11	林 将人	千葉	市川西高校	91	1	74.00	60	65 ×	68 ×	70	75	78 ×	60	11	75	11	135
85Kg	1	三浦 宏也	山梨	吉田高校	90	2	79.46	100	105	107 ×	130	135 ×	137	105	1	137	1	242
85Kg	2	高田 侑弥	栃木	小山南高校	91	2	82.64	92	97	102 ×	130 ×	130	135 ×	97	3	130	2	227
85Kg	3	原田 理央	山梨	日川高校	91	2	83.56	105 ×	105	109 ×	115	120	—	105	2	120	4	225
85Kg	4	高久 寛己	栃木	栃木翔南高校	90	2	83.34	87	92	95	117 ×	117	122	95	5	122	3	217
85Kg	5	神永 素直	茨城	磯原高校	90	2	84.12	90	95 ×	95	110	115	120 ×	95	6	115	5	210
85Kg	6	舟喜 誠生	群馬	前橋育英高校	91	1	82.70	88	93	95	108	113 ×	113	95	4	113	6	208
85Kg	7	増山 敏和	埼玉	吉川高校	90	2	83.94	80	85 ×	85 ×	100	105	108 ×	80	8	105	8	185
85Kg	8	平山 秀将	東京	東京学園高校	92	1	83.06	82 ×	82	85 ×	102 ×	102	105 ×	82	7	102	9	184
85Kg	9	栗原正太郎	東京	東亜学園高校	90	2	83.26	67	72	75 ×	85	90	92 ×	72	9	90	10	162
85Kg	10	倉品 勝	千葉	市川西高校	90	2	77.02	53 ×	55	60 ×	70	72 ×	72 ×	55	10	70	11	125
85Kg		小関 有貴	千葉	八千代西高校	90	2	82.12	93 ×	93 ×	93 ×	112	117 ×	117 ×		0	112	7	—
94Kg	1	東海林聡志	千葉	八千代西高校	90	2	91.34	100	103	106	130	135	140	106	1	140	1	246
94Kg	2	籠谷 拓	山梨	吉田高校	90	2	89.62	100 ×	100	104	127 ×	127	132 ×	104	2	127	2	231
94Kg	3	熊ヶ谷翔太	埼玉	埼玉栄高校	91	1	92.74	95	100 ×	100	120	125	127	100	3	127	3	227
94Kg	4	山岸 大介	群馬	利根実業高校	90	2	91.64	95	98	100 ×	120	125 ×	127 ×	98	4	120	4	218
94Kg	5	内藤 和弥	埼玉	川口高校	90	2	93.00	77	82	85 ×	95	100	102	82	6	102	5	184
94Kg		松本 英将	栃木	小山高校	90	2	87.40	90	95	97	125 ×	125 ×	130 ×	97	5	—		—

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
105Kg	1	坂本 拓也	栃木	小山南高校	90	2	102.36	92	97	102	131	136	142 ×	102	1	136	1	238
105Kg	2	渡辺隆之介	山梨	吉田高校	90	2	98.62	92	96 ×	96 ×	125	129	132	92	3	132	2	224
105Kg	3	小高 卓	山梨	桂高校	90	2	96.92	90 ×	90	95 ×	118	123 ×	123 ×	90	4	118	3	208
105Kg	4	福田 真也	千葉	市川西高校	90	2	100.50	88 ×	88	93	110	115 ×	115	93	2	115	4	208
105Kg	5	林 宗英	群馬	利根実業高校	91	1	103.00	80	85	88	110 ×	110	115	88	6	115	5	203
105Kg	6	飯田 和也	茨城	石岡第一高校	91	2	99.70	85	90 ×	90	105	110 ×	110	90	5	110	6	200
105Kg	7	中島 健	栃木	小山南高校	92	1	96.80	75	80	85 ×	95	100 ×	100 ×	80	8	95	7	175
105Kg	8	渡辺 真也	東京	東京学園高校	90	2	96.70	80	85 ×	85 ×	90	100 ×	—	80	7	90	8	170
+105Kg	1	長谷川 康	神奈川	神田高校	90	2	120.95	110	115 ×	117	140	145	151 CR	117	1	151	1	268
+105Kg	2	蜂谷 拓実	山梨	吉田高校	90	2	112.82	103	106	110 ×	125	130 ×	130	106	2	130	3	236
+105Kg	3	倉品三紀夫	群馬	利根実業高校	90	2	105.10	95 ×	95	100	125	130 ×	133	100	3	133	2	233
+105Kg	4	白石 睦仁	埼玉	川口高校	90	2	106.76	83	86 ×	86 ×	108 ×	108	113	83	4	113	4	196
48Kg	1	平井亜佐美	山梨	富士北稜高校	90	2	47.78	33	36 ×	36 ×	38	40	42 ×	33	1	40	2	73
48Kg	2	西野 里香	茨城	東海高校	91	2	47.06	26	29	30 ×	35	38	40	29	2	40	1	69
53Kg	1	井澤 彩乃	埼玉	埼玉栄高校	90	2	50.64	45	48	50	63	65	68 ×	50	1	65	1	115
53Kg	2	小野 愛実	山梨	富士北稜高校	91	2	51.30	40 ×	40 ×	40	43	46	50	40	2	50	2	90
58Kg	1	吉野千枝里	埼玉	埼玉栄高校	90	2	54.68	65	68 CR	70 ×	80	85 CR	88 CR	68	1	88	1	156 CR
58Kg	2	松本 瀬露	千葉	松戸国際高校	92	1	57.22	55	58 ×	58	68	72	75	58	2	75	2	133
58Kg	3	根岸 茜	群馬	利根実業高校	91	2	56.88	48	51	52 ×	63	66	69 ×	51	3	66	3	117
58Kg	4	伊藤 鮎子	茨城	東海高校	91	2	55.60	28	30	32	40	42	45	32	4	45	4	77
63Kg	1	柳川 夏子	神奈川	大原高校	91	1	60.58	57 ×	57 ×	57	66 ×	66 ×	66	57	1	66	1	123
63Kg	2	高部 真衣	山梨	桂高校	91	1	62.06	45	48	50 ×	58	62 ×	62	48	2	62	2	110
69Kg	1	柿沼 沙苗	埼玉	埼玉栄高校	90	2	64.86	67 CR	70 CR	73 CR	87 CR	90 ×	90 CR	73	1	90	1	163 CR
75Kg	1	宮下 皓江	山梨	富士河口湖高校	90	2	72.28	63	67 ×	67 ×	73	77	80	63	1	80	1	143
+75Kg	1	山田 翔子	埼玉	埼玉栄高校	90	2	79.70	72 ×	72 CR	77 CR	93 CR	97 CR	101 ×	77	1	97	1	174 CR
+75Kg	2	山岸 朱実	群馬	利根実業高校	92	1	83.82	57	60	63 ×	75	79 CS	80 CR	60	2	80	2	140

第21回北信越高等学校選抜大会　2008.02.23　長野県松本市

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
53Kg	1	菊地 健太	新潟	新潟工業高校	90	2	51.80	70 ×	70	73	90	93	95	73	1	95	1	168
53Kg	2	森田 正一	福井	小浜水産高校	91	2	52.30	65	68 ×	68 ×	85	88 ×	88	65	2	88	2	153
53Kg	3	高倉 玄喜	石川	津幡高校	91	1	52.80	62 ×	62	70 ×	82	87 ×	88	62	3	88	3	150
56Kg	1	廣瀬 祐人	石川	珠洲実業高校	91	1	55.20	77	80 ×	80 ×	90	95 ×	95 ×	77	1	90	1	167
56Kg	2	橋本 要	福井	小浜水産高校	91	2	55.80	65	68	70 ×	85	88 ×	88	68	2	88	2	156
62Kg	1	洲崎 秀成	石川	珠洲実業高校	91	2	61.20	86	90 ×	90 ×	108	111	113 ×	86	1	111	1	197
62Kg	2	藤田 浩之	福井	小浜水産高校	90	2	61.10	75	80	85 ×	95	100	101 ×	80	3	100	2	180
62Kg	3	田中 信也	福井	小浜水産高校	90	2	61.40	77	80 ×	80	95	100 ×	100	80	4	100	3	180
62Kg	4	金子 敦紀	富山	滑川高校	91	2	61.20	78 ×	78	80 ×	98	100 ×	104 ×	78	5	98	4	176
62Kg	5	山口 真弘	新潟	新潟工業高校	90	2	60.90	80	83 ×	83 ×	95	100 ×	100 ×	80	2	95	6	175
62Kg	6	池田 凌馬	富山	滑川高校	91	1	58.30	75 ×	75	78 ×	90	93 ×	94 ×	75	6	90	7	165
62Kg	7	管我 猛	新潟	新潟工業高校	92	1	60.30	70	73 ×	73 ×	90	93	95	70	7	95	5	165
62Kg	8	今泉 良哉	新潟	新潟工業高校	90	2	59.50	65 ×	65 ×	65	85	88	90 ×	65	8	88	8	153
62Kg	9	菊池 武則	長野	松商学園高校	90	2	60.00	55	58	62	70	80 ×	80	62	9	80	10	142
62Kg		川岸 航	富山	滑川高校	91	1	59.70	68 ×	68 ×	68 ×	78	80 ×	80	—		80	9	—
69Kg	1	本田 亮順	石川	津幡高校	90	2	68.58	92	94	95	112	115 ×	115	95	1	115	1	210
69Kg	2	田邊 功次	福井	若狭東高校	91	2	67.24	83	86	88	112	115 ×	117 ×	88	2	112	2	200
69Kg	3	長谷川 匠	新潟	新潟西高校	91	1	67.62	76	80 ×	81	98	103	105 ×	81	4	103	5	184
69Kg	4	説田 善行	石川	飯田高校	91	1	63.34	78 ×	78	82 ×	100 ×	100	105	78	6	105	3	183
69Kg	5	鷲 隆浩	石川	珠洲実業高校	91	2	68.00	82	85 ×	85 ×	100 ×	100	104 ×	82	3	100	6	182
69Kg	6	岡本 貴大	富山	滑川高校	90	2	68.56	75	78	81	95	100	103 ×	81	5	100	7	181
69Kg	7	池田 優馬	富山	滑川高校	91	1	62.50	72 ×	72	75	90	94	96	75	7	96	8	171
69Kg	8	渡邊 洸太	新潟	新潟工業高校	92	1	65.86	70 ×	70	73 ×	88	91 ×	91 ×	70	8	88	9	158
69Kg	9	茂木 俊樹	新潟	新潟工業高校	91	1	66.68	55 ×	55	60	70	75	78	60	9	78	10	138
69Kg	10	中野 純平	長野	松商学園高校	91	1	67.80	53	56 ×	57	75	80 ×	80 ×	57	10	75	11	132
69Kg	11	小松 飛鳥	長野	松商学園高校	91	1	63.42	50	55	57 ×	66	70 ×	70 ×	55	11	66	12	121
69Kg		三沢 翔悟	長野	松商学園高校	90	2	68.38	80 ×	80 ×	81 ×	100 ×	100	105	—		105	4	—
77Kg	1	西中 竜馬	石川	飯田高校	90	2	71.02	103 CR	106 ×	106 ×	129	133 CR	137 CR	103	1	137	1	240 CR
77Kg	2	山口 達也	富山	富山商業高校	90	2	71.42	92	94 ×	95	122 ×	122	125 ×	95	2	122	2	217
77Kg	3	石川 裕弥	石川	珠洲実業高校	91	1	73.60	90	95 ×	95 ×	110 ×	110 ×	110	90	4	110	3	200
77Kg	4	水戸 秀聡	石川	津幡高校	90	2	74.94	90	93	95 ×	102 ×	102 ×	102	93	3	102	5	195
77Kg	5	宮崎 太朗	富山	滑川高校	90	2	73.78	78	82	84	97	100	102	84	5	102	4	186
77Kg	6	高橋 透	長野	松商学園高校	90	2	75.10	68	72	76	85 ×	85	93	76	6	93	6	169
77Kg	7	三根山祐司	新潟	新潟工業高校	91	1	75.24	63 ×	63	66	83	86	90	86	7	90	7	156

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
85Kg	1	本間 章吾	新 潟	新潟西高校	90	2	83.36	93	97	100 ×	123	128	130	97	1	130	1	227
85Kg	2	四蔵 勝利	石 川	津幡高校	90	2	81.12	90	93 ×	93 ×	105	108 ×	108 ×	90	3	105	3	195
85Kg	3	櫻木 透	福 井	小浜水産高校	90	2	80.06	83	86	90	100	103	105 ×	90	2	103	4	193
85Kg	4	高村 直哉	福 井	坂井農業高校	91	1	78.64	70 ×	70	75	95	100	105	75	4	105	2	180
85Kg	5	城戸 良介	富 山	滑川高校	91	1	77.30	70	75 ×	75 ×	75	80	83 ×	70	5	80	5	150
85Kg	6	堀井 政俊	富 山	滑川高校	91	1	79.80	55	60	63 ×	73	78 ×	78	60	6	78	6	138
94Kg	1	浜田 幸一	石 川	津幡高校	90	2	91.72	100	103	106 ×	130	135 ×	135 ×	103	1	130	1	233
94Kg	2	松原 文晃	新 潟	新潟工業高校	90	2	90.02	88	92 ×	92	105	110	115 ×	92	2	110	2	202
105Kg	1	竹原 義将	福 井	若狭東高校	90	2	95.42	105	108	110	120	125	130	110	1	130	1	240
105Kg	2	五十嵐貴幸	新 潟	新潟工業高校	90	2	101.24	75	80	85 ×	100	105	110 ×	80	2	105	2	185
+105Kg	1	大和 拓未	新 潟	新潟西高校	91	1	116.38	75	80	85 ×	98	103 ×	103	80	1	103	1	183
48Kg	1	松山 洋香	長 野	松商学園高校	90	2	47.94	54 CR	56 ×	58 ×	67 CR	70 CR	73 ×	54	1	70	1	124 CR
48Kg	2	平井美彩紀	富 山	滑川高校	90	2	47.58	43 ×	43 ×	43	56	59	62 CR	43	3	62	2	105
48Kg	3	奥川 綾夏	石 川	津幡高校	91	1	47.10	43	45 ×	45 ×	52 ×	52	54 ×	43	2	52	3	95
53Kg	1	手塚 香奈	長 野	松商学園高校	90	2	51.52	45	48	50 ×	60	62	63 ×	48	1	62	1	110
53Kg	2	富田 千恵	石 川	珠洲実業高校	91	1	52.56	47	50 ×	50 ×	58	61	63 ×	47	2	61	2	108
53Kg	3	井波 明恵	石 川	津幡高校	91	1	51.86	40 ×	40 ×	40	50	53 ×	53 ×	40	3	50	3	90
58Kg	1	山本 優子	福 井	若狭東高校	91	2	56.44	64	66 CR	68 ×	80	82	84	66		84		150 CR
58Kg	2	徳永 由依	石 川	津幡高校	91	2	57.62	55	58	60	65	68	70	60		70		130
58Kg	3	谷口 もも	富 山	滑川高校	91	1	56.64	57	60 ×	60 ×	67	70	73 ×	57		70		127
63Kg	1	谷島 茉弥	富 山	滑川高校	90	2	60.22	55	58	60 ×	73	76	78	58	1	78	1	136
63Kg	2	川上 夏美	福 井	若狭東高校	91	1	61.62	40	42	44	50	53 ×	53 ×	44	2	50	2	94
69Kg	1	五十嵐彩乃	新 潟	新潟西高校	90	2	64.16	48 ×	48	51	58	61	63	51	2	63	1	114
69Kg		瀬戸夕紀子	石 川	津幡高校	90	2	67.84	70 CR	72 CR	74 ×	88 ×	88 ×	88 ×	72	1	—		—
75Kg	1	白川 綾子	新 潟	新潟西高校	90	2	71.60	61	63 ×	—	76	80	82 ×	61	1	80	1	141
75Kg	2	入井 麻好	富 山	滑川高校	90	2	73.58	58	60 ×	60 ×	72	76	77 ×	58	2	75	2	133

第13回東海高等学校選抜大会　2008.02.02　愛知県瀬戸市

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
53Kg	1	西本 祐基	三 重	亀山高校	91	2	52.76	66	69 ×	69	85	88	90	69	4	90	1	159
53Kg	2	近藤 亮	岐 阜	土岐商業高校	90	2	50.24	65	68	70	80	84	86	70	1	86	2	156
53Kg	3	林 建太	愛 知	愛知工業大学名電高校	91	2	52.26	67	70	71 ×	80	83	86	70	3	86	3	150
53Kg	4	有松 海人	愛 知	名城大学附属高校	90	2	51.80	68	70 ×	70	80	83	86 ×	70	2	83	4	153
53Kg	5	中川 卓馬	三 重	石薬師高校	90	2	51.48	65 ×	65	68 ×	78 ×	78	80	65	5	80	5	145
56Kg	1	西口 連也	三 重	亀山高校	90	2	55.36	78	81	83 ×	98	102 ×	102 ×	81	1	98	1	179
56Kg	2	水野 勝	岐 阜	土岐商業高校	90	2	55.90	78 ×	78	82 ×	93	98 ×	103 ×	78	2	93	2	171
56Kg	3	三根生龍一	三 重	四日市中央工業高校	90	2	55.40	65	70 ×	70	78	82 ×	82 ×	70	3	78	4	148
56Kg	4	村瀬 岳	岐 阜	土岐商業高校	91	1	54.64	55 ×	55	60 ×	65	70	73	55	4	73	5	128
56Kg	5	丸茂 直貴	岐 阜	可児高校	92	1	54.70	55	58 ×	58 ×	70 ×	70	73	55	5	73	6	128
56Kg		正木 隼人	愛 知	名城大学附属高校	92	1	55.14	70 ×	70 ×	70 ×	80	85 ×	85	—		85	3	—
62Kg	1	山本 祥平	三 重	四日市中央工業高校	90	2	61.34	80	83	85	95	100	103	85	1	103	1	188
62Kg	2	赤尾 慎吾	岐 阜	土岐商業高校	90	2	61.60	78	83	85 ×	98	103	106 ×	83	4	103	2	186
62Kg	3	内田 健太	三 重	四日市中央工業高校	90	2	60.72	80	84	86 ×	97	101 ×	101	84	2	97	3	181
62Kg	4	西尾 天	岐 阜	可児高校	90	2	59.68	70	75	80 ×	90	95 ×	95	75	6	95	4	170
62Kg	5	水谷 亮太	三 重	四日市中央工業高校	90	2	60.76	68	71	73	85	90	93	73	7	93	7	166
62Kg	6	堀池 亮太	静 岡	清水工業高校	91	2	59.16	75	80 ×	80 ×	85	90	95 ×	75	5	90	9	165
62Kg	7	森家 義人	愛 知	名城大学附属高校	91	2	60.82	70	73 ×	73 ×	90	95	98 ×	70	8	95	5	165
62Kg	8	田中 淳貴	三 重	亀山高校	91	1	61.48	67	70	72 ×	86	89	92	70	10	92	8	162
62Kg	9	本田 純一	愛 知	名城大学附属高校	91	2	60.92	63	66	70	90	92 ×	92 ×	70	9	90	10	160
62Kg	10	原田 浩弥	三 重	亀山高校	91	1	61.14	69 ×	69	72 ×	85	88 ×	88	69	11	88	12	157
62Kg	11	伊藤 大輝	三 重	四日市中央工業高校	92	1	61.20	60	65	70 ×	80	85	90	65	13	90	11	155
62Kg	12	山本 遠志	岐 阜	可児高校	91	1	59.94	63	67	71 ×	75	80	84 ×	67	12	80	13	147
62Kg		黒澤 俊揮	愛 知	愛知工業大学名電高校	91	2	60.32	80	83	86 ×	95 ×	95 ×	—	83	3	—		—
62Kg		小栗 統司	岐 阜	可児高校	91	1	60.32	72 ×	72 ×	72 ×	85	90	94	—		94	6	—
69Kg	1	清水 勇斗	三 重	四日市中央工業高校	91	2	67.84	80	85	88	105	108 ×	108	88	1	108	1	196
69Kg	2	簡浦 正紀	静 岡	清水工業高校	90	2	67.76	80	85 ×	85 ×	100	106 ×	106	80	3	106	2	186
69Kg	3	成瀬 慎弥	岐 阜	土岐商業高校	91	2	66.34	78	83	85	95	100	103 ×	85	2	100	4	185
69Kg	4	磯部 真介	愛 知	名城大学附属高校	92	1	67.36	75	78	81 ×	95	100	104	78	4	104	3	182
69Kg	5	山田 湧季	愛 知	名城大学附属高校	90	2	67.38	70	73	76	90	95	100	76	5	100	5	176
69Kg	6	寺澤 勇真	愛 知	愛知工業大学名電高校	91	1	67.08	75	80 ×	80 ×	88	90	94	75	6	94	6	169

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
77Kg	1	安達 貴弘	愛 知	愛知工業大学名電高校	91	2	72.62	110 ×	110 ×	110	133	138	141	110	1	141	1	251
77Kg	2	平山 雄一	愛 知	名城大学附属高校	91	1	75.16	85	88	90 ×	95	100	104 ×	88	2	100	3	188
77Kg	3	岸本 竜也	三 重	四日市中央工業高校	90	2	75.34	73	78 ×	78	100 ×	100	106	78	4	106	2	184
77Kg	4	遠藤 史崇	岐 阜	土岐商業高校	91	2	71.76	78	82	85	90	95	98	85	3	98	4	183
77Kg	5	松永 知樹	静 岡	清水工業高校	91	1	72.38	60	63 ×	63	70	75 ×	75 ×	63	5	70	5	133
85Kg	1	坂本 大輔	三 重	四日市工業高校	90	2	84.72	93	96	98 ×	115	120 ×	120	96	1	120	1	216
85Kg	2	後藤 大輝	三 重	四日市中央工業高校	90	2	81.16	90	95 ×	96 ×	110	115	126 ×	90	2	115	2	205
85Kg	3	水谷章太郎	岐 阜	海津明誠高校	91	2	83.76	80	85	90 ×	95	100	105	85	3	105	3	190
85Kg	4	林 寛樹	愛 知	名城大学附属高校	90	2	82.18	80	83 ×	83	95	100	105 ×	83	4	100	4	183
85Kg	5	辻 良馬	愛 知	名城大学附属高校	91	1	82.96		70	75	95	100	103 ×	75	5	100	5	175
94Kg	1	平野 翼	岐 阜	海津明誠高校	91	1	85.64	75	80 ×	80	100	105	108 ×	80	1	105	1	185
94Kg	2	堀田 貴文	愛 知	名城大学附属高校	91	1	86.36	70	75	78	100 ×	100 ×	100	78	2	100	2	178
105Kg	1	荒川 真吾	愛 知	愛知工業大学名電高校	90	2	102.96	107	111	113 ×	133	137 ×	137	111	1	137	1	248
105Kg	2	井道 行充	岐 阜	可児高校	90	2	94.16	80	85	90 ×	95	100	105 ×	85	2	100	2	185
105Kg	3	加藤 大輔	岐 阜	土岐商業高校	91	1	101.46	75	80 ×	80	95	100 ×	100	80	3	100	3	180
+105Kg	1	安藤 宏将	岐 阜	海津明誠高校	91	2	108.44	90	95	100	120	125	130 ×	100	1	125	1	225
+105Kg	2	國武 知之	静 岡	清水工業高校	91	1	117.98	60	65	68 ×	75	80 ×	80 ×	65	2	75	2	140
48Kg	1	桐山 安奈	岐 阜	中津高校	92	1	47.58	45	47	49 ×	57	60 ×	60	47	1	60	1	107
48Kg	2	中森 早希	三 重	亀山高校	90	2	43.64	35 ×	35	39 ×	46	49 ×	50 ×	35	2	46	2	81
53Kg	1	犬飼 菜帆	愛 知	椙山女学園高校	90	2	51.54	52	54	55	65	68	70 ×	55	1	68	1	123
53Kg	2	福本真莉恵	愛 知	椙山女学園高校	90	2	51.74	50	52	53	65	67	69 ×	53	2	67	2	120
53Kg	3	三浦明日香	岐 阜	土岐商業高校	90	2	50.10	46	48	50 ×	60	63	66 ×	48	4	63	3	111
53Kg	4	石丸 飛鳥	岐 阜	土岐商業高校	90	2	52.44	48	50	52 ×	55	58	60	50	3	60	4	110
53Kg	5	可児 美穂	岐 阜	土岐商業高校	91	1	52.26	40	43	45	53	55	57 ×	45	5	55	5	100
53Kg	6	松本亜梨沙	三 重	亀山高校	91	1	52.18	26	28 ×	28	36	38	40	28	6	40	6	68
58Kg	1	和田 尚子	岐 阜	土岐商業高校	91	2	55.62	52 ×	52	55	63	66	68 ×	55	1	66	1	121
58Kg	2	伊藤 千穂	岐 阜	土岐商業高校	90	2	57.02	43	45	46 ×	55	57 ×	57	45	2	57	2	102
63Kg	1	野田 春恵	愛 知	愛知工業大学名電高校	91	2	61.72	60	63	65	70	73	75	63	1	75	1	140

第12回近畿高等学校選抜大会　2008.01.19～20　大阪府羽曳野市

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
53Kg	1	村井 友明	滋 賀	堅田高校	90	2	52.80	52	55	58 ×	72	75	80	55	3	80	1	135
53Kg	2	岡 勇佑	兵 庫	明石北高校	91	1	52.94	55	60 ×	60	70	75 ×	75	60	1	75	2	135
53Kg	3	大津田優樹	兵 庫	尼崎工業高校	91	1	47.72	50	55	58	64	68 ×	68	58	2	68	3	126
53Kg	4	平 翔次	奈 良	御所東・御所工業高校	90	2	48.66	40	45 ×	45	55	60	64 ×	45	4	60	4	105
56Kg	1	矢倉 和紀	兵 庫	明石城西高校	90	2	55.62	73	75	77 ×	95	100	103 ×	75	2	100	1	175
56Kg	2	宮田 央紀	京 都	鳥羽高校	90	2	54.84	71	75 ×	75 ×	87	91 ×	91	71	3	91	2	162
56Kg	3	藤田 航	兵 庫	明石南高校	90	2	55.48	67	69	72 ×	83	87	90 ×	69	4	87	3	156
56Kg	4	永濱 稔則	京 都	加悦谷高校	91	1	55.48	62	65	68 ×	83	86	89 ×	65	5	86	4	151
56Kg	5	境 祥男	兵 庫	三木高校	90	2	55.22	62	65 ×	67 ×	80	85 ×	85	62	6	85	5	147
56Kg	6	上村 真仁	奈 良	御所東・御所工業高校	90	2	55.06	40	45 ×	45 ×	50	55	60	40	7	60	6	100
56Kg		北川 優馬	京 都	田辺高校	91	2	55.66	73	76	78	92 ×	92 ×	92 ×	78	1	—		—
62Kg	1	早川 彰彦	大 阪	大阪産業大学附属高校	92	1	60.56	90	95 ×	95 ×	110	115	118 ×	90	1	115	1	205
62Kg	2	武部 真希	京 都	鳥羽高校	91	2	61.94	79	84	86 ×	106	111	113	84	4	113	2	197
62Kg	3	川戸 優作	京 都	加悦谷高校	90	2	61.42	82	84	85 ×	109	111 ×	111	84	3	111	3	195
62Kg	4	山本 俊樹	兵 庫	三木東高校	91	1	61.94	80 ×	80	85	95	100 ×	100	85	2	100	5	185
62Kg	5	宮本 将平	兵 庫	明石南高校	91	1	60.82	77	80	84 ×	96	100	105 ×	80	5	100	4	180
62Kg	6	木村 直登	兵 庫	須磨友が丘高校	91	1	61.00	74	76	78 ×	96	98 ×	98	76	7	98	6	174
62Kg	7	木下 竜之	兵 庫	明石北高校	91	1	61.42	75 ×	75 ×	78	90	95	97 ×	78	6	95	7	173
62Kg	8	山崎 俊介	兵 庫	洲本実業高校	92	1	61.74	70	75	77 ×	83	87	90 ×	75	8	87	9	162
62Kg	9	吉田 兼理	兵 庫	三木高校	91	2	59.00	68 ×	68	72 ×	90	95 ×	95 ×	68	11	90	8	158
62Kg	10	前田 啓輔	和歌山	和歌山工業高校	90	2	60.32	65	70	73 ×	80	85	90 ×	70	9	85	10	155
62Kg	11	濱本 優人	兵 庫	明石南高校	90	2	61.36	65	70	73 ×	85	90 ×	94 ×	70	10	85	11	155
62Kg	12	成瀬 英樹	和歌山	紀北工業高校	92	1	61.54	65 ×	65	70 ×	80	85 ×	87 ×	65	12	80	13	145
62Kg	13	森田 裕也	奈 良	桜井高校	91	2	60.58	55	60	65 ×	80	85 ×	85 ×	60	13	80	12	140
69Kg	1	川原 和馬	京 都	鳥羽高校	90	2	65.86	85 ×	85 ×	85	102	107	108	85	2	108	1	193
69Kg	2	加納 知幸	兵 庫	明石城西高校	90	2	68.30	75	80	83	100	105	111 ×	83	3	105	2	188
69Kg	3	竹内 洋介	和歌山	和歌山工業高校	92	1	65.06	75 ×	75	80	95	100 ×	100	80	4	100	3	180
69Kg	4	初田 純一	大 阪	大阪工業大学高校	90	2	65.74	66	71 ×	71	86	92	95 ×	71	5	92	4	163
69Kg	5	中田健太郎	大 阪	大阪工業大学高校	91	1	65.56	70 ×	70	76 ×	85	91 ×	91	70	6	91	5	161
69Kg	6	西風 秀紀	和歌山	紀北工業高校	91	1	68.02	70 ×	70 ×	70	75	80	85 ×	70	7	80	6	150
69Kg	7	野坂 貴弘	奈 良	御所東・御所工業高校	90	2	66.96	40	45	50	60	65	70 ×	50	8	65	7	115
69Kg		高岸 知広	兵 庫	淡路高校	91	2	68.58	83 ×	83	86	107 ×	107 ×	107 ×	86	1	—		—
69Kg		水本 悠太	兵 庫	淡路高校	91	1	63.90	60 ×	60 ×	—	—	—	—	—		—		—

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト S	順	ベスト C&J	順	トータル
77Kg	1	辻　誠人	京都	田辺高校	91	2	72.24	100	105 ×	105	125	132	135 ×	105	1	132	1	237
77Kg	2	吉田　雄三	京都	加悦谷高校	91	1	70.10	90	95	98 ×	115	119	122	95	2	122	2	217
77Kg	3	中元　秀和	兵庫	洲本実業高校	90	2	70.92	93	97 ×	97 ×	105	110	115	93	3	115	3	208
77Kg	4	三原　真吾	兵庫	淡路高校	92	1	76.38	80	85	90 ×	103	108	114	85	5	114	4	199
77Kg	5	田井　秀和	京都	鳥羽高校	90	2	76.22	75	80 ×	80	105 ×	105	108	80	7	108	5	188
77Kg	6	丸田　祥平	和歌山	和歌山工業高校	91	2	75.02	80	85	90 ×	100 ×	100	105 ×	85	4	100	6	185
77Kg	7	新　晃一	兵庫	明石北高校	91	1	75.86	80	85 ×	90 ×	100 ×	100	—	80	6	100	7	180
77Kg	8	坪井　裕樹	兵庫	淡路高校	91	1	75.46	70 ×	70	75 ×	85	90 ×	90 ×	70	8	85	8	155
77Kg	9	山口　侑士	大阪	都島工業高校	90	2	75.48	65	70 ×	70 ×	80	85 ×	85	65	9	85	9	150
77Kg	10	南谷　恭之	大阪	都島工業高校	90	2	76.42	55 ×	55 ×	55	75 ×	75	78	55	10	78	10	133
85Kg	1	坂本　文弥	京都	加悦谷高校	91	2	79.64	105	110	115 ×	125	130	135 ×	110	1	130	1	240
85Kg	2	細川　拓也	京都	鳥羽高校	91	2	84.72	95	99 ×	99 ×	116	121	124	95	3	124	2	219
85Kg	3	増田　勇哉	兵庫	淡路高校	90	2	82.98	90	95 ×	95	111 ×	111	120	95	2	120	4	215
85Kg	4	山添　直斉	京都	加悦谷高校	90	2	77.44	90 ×	90	95 ×	115	121	125 ×	90	4	121	3	211
85Kg	5	今田　匡俊	兵庫	淡路高校	90	2	80.96	80	85	89	107	112	117 ×	89	5	112	5	201
85Kg	6	清水　雄介	滋賀	安曇川高校	91	2	83.12	80	84	86	100	105	108 ×	86	7	105	6	191
85Kg	7	清上　貴也	和歌山	紀北工業高校	91	1	84.18	80	85	90 ×	105 ×	105	110 ×	85	8	105	7	190
85Kg	8	越智　翼	兵庫	明石北高校	91	1	79.16	83	88	90 ×	95	100 ×	100 ×	88	6	95	8	183
85Kg	9	前田　希慧	兵庫	明石南高校	90	1	82.50	73 ×	73 ×	73	90	95 ×	95 ×	73	9	90	9	163
85Kg	10	松下　弘樹	和歌山	和歌山東高校	91	2	84.26	63	68	70	83	88	90	70	11	90	10	160
85Kg	11	橋口　大輝	兵庫	淡路高校	90	2	84.00	67	72	75 ×	85 ×	85	90 ×	72	10	85	11	157
94Kg	1	高橋　一平	滋賀	安曇川高校	90	2	92.56	105	111 CR	115 CR	140	146	151 ×	115	1	146	1	261
94Kg	2	岡本　兵悟	和歌山	和歌山工業高校	91	2	90.78	85	90 ×	90 ×	95	100	105 ×	85	2	100	3	185
94Kg		小林　克己	京都	加悦谷高校	90	2	85.44	100 ×	100 ×	100 ×	125 ×	125 ×	125	—		125	2	—
94Kg		西　陽平	奈良	大淀高校	91	1	93.34	75 ×	75 ×	75 ×	90 ×	90	95 ×	—		90	4	—
105Kg	1	津田　拓輝	和歌山	紀北工業高校	90	2	101.08	92	97	100	115 ×	115	120	100	1	120	2	220
105Kg	2	川渕　雅智	大阪	大阪工業大学高校	91	1	103.28	90 ×	90	98 ×	110	115 ×	116 ×	90	2	110	3	200
105Kg	3	竹本　淳	奈良	磯城野高校	91	2	103.96	65	70	72	85 ×	85	93 ×	72	3	85	4	157
105Kg		河合　孝大	滋賀	堅田高校	90	2	97.70	85 ×	85 ×	85 ×	120 ×	120 ×	120	—		120	1	—
+105Kg	1	下岡　勇貴	京都	田辺高校	90	2	137.90	90	95 ×	95 ×	116 ×	116 ×	116	90	2	116	1	206
+105Kg	2	内野　史一	大阪	大阪商業大学堺高校	90	2	122.55	85	90	92 ×	105	110	115	90	1	115	2	205
48Kg	1	森田　晴美	兵庫	淡路高校	90	2	47.76	43	47 ×	47 ×	51	53	55	43	1	55	1	98
48Kg	2	太田　優子	京都	鳥羽高校	90	2	47.02	38	41 ×	41 ×	50	53	54	38	5	54	2	92
48Kg	3	林　真衣子	兵庫	香寺高校	90	2	46.60	38 ×	38 ×	38	48 ×	48	50	38	4	50	3	88
48Kg	4	林　佳奈	兵庫	明石南高校	92	1	45.56	35	38	40 ×	42	46 ×	46	38	3	46	4	84
48Kg	5	棟近 かおる	兵庫	淡路高校	91	1	43.10	32	35	38	42	45	48 ×	38	2	45	5	83
48Kg	6	松尾　美佳	兵庫	舞子高校	90	2	46.94	36	38 ×	38 ×	45	48 ×	49 ×	36	6	45	6	81
53Kg	1	小西　香菜	兵庫	明石南高校	90	2	49.44	51	54	56	67 ×	67	71 ×	56	1	67	1	123
53Kg	2	三上　愛理	京都	鳥羽高校	90	2	52.40	51	54	56 ×	64	67 ×	67 ×	54	2	64	2	118
53Kg	3	今津　綾香	京都	鳥羽高校	92	1	52.26	44	47	49 ×	55 ×	55	58	47	3	58	4	105
53Kg	4	宮川　夏綺	京都	加悦谷高校	91	1	52.98	40	44	48 ×	50	55	59	44	4	59	3	103
58Kg	1	寺岡　礼子	兵庫	明石城西高校	90	2	57.10	58 ×	58 ×	58	70	72	74 ×	58	1	72	2	130
58Kg	2	金島　梨恵	京都	鳥羽高校	91	1	57.18	55 ×	55	58 ×	70	73 ×	73	55	3	73	1	128
58Kg	3	田中　佑佳	兵庫	明石南高校	91	1	57.42	51	54	56	66	69 ×	69 ×	56	2	66	4	122
58Kg	4	足立明日香	京都	加悦谷高校	91	1	53.22	47	51	52	65	68	70 ×	52	4	68	3	120
63Kg	1	尾崎　都加	京都	加悦谷高校	91	1	60.86	63 ×	63	67	77	80	83 ×	67	1	80	1	147
63Kg	2	中島　未恵	兵庫	明石城西高校	91	2	62.04	58	60	63	72	75	77	63	2	77	2	140
63Kg	3	土井　夏実	京都	鳥羽高校	91	1	61.34	49	52 ×	52	62	64	66	52	3	66	3	118
63Kg	4	米田　真実	京都	網野高校	92	1	62.50	45	47	50	60	65	69 ×	50	4	65	4	115
63Kg	5	辻田　琴美	奈良	桜井高校	90	2	61.48	42	45 ×	45	55	58	61 ×	45	5	58	5	103
69Kg	1	野原　智実	兵庫	松蔭高校	91	1	66.86	60	63	65 ×	80	82	85 ×	63	2	82	1	145
69Kg	2	尾崎　妹加	京都	加悦谷高校	91	1	66.84	65	68 ×	68 ×	75	79	81 ×	65	1	79	2	144
69Kg	3	桐野由紀子	兵庫	明石南高校	91	1	68.40	49	54	56 ×	60	64	67	54	3	67	3	121
+75Kg	1	沼田　佐紀	京都	加悦谷高校	91	1	90.72	50	52	54 ×	62	64	67 ×	52	1	64	1	116
+75Kg	2	増田　圭納	兵庫	淡路高校	91	1	78.22	40 ×	40	43	50	55	58 ×	43	2	55	2	98

第10回中国高等学校選抜大会　2008.01.27　岡山県倉敷市

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト S	順	ベスト C&J	順	トータル
53Kg	1	丹下　雄介	岡山	倉敷商業高校	90	2	51.52	73	75	77 ×	90	92	94	75	1	94	1	169
53Kg	2	光田　貴亮	岡山	笠岡工業高校	90	2	52.36	71	73	75 ×	90	92	93 ×	73	2	92	2	165
53Kg		白神　達	岡山	水島工業高校	90	2	52.94	60	63	65 ×	80 ×	80 ×	80 ×	63	3	—		—
56Kg	1	波部　真也	島根	出雲農林高校	91	1	55.46	75	78	80 ×	92 ×	92	95 ×	78	1	92	3	170
56Kg	2	北野　寛文	岡山	笠岡工業高校	90	2	55.32	68	70	72	90	93	96 ×	72	2	93	1	165
56Kg	3	翁　俊介	岡山	笠岡工業高校	91	2	55.54	70 ×	70	72	93	96 ×	96 ×	72	3	93	2	165
56Kg	4	森　蔵寛	岡山	東岡山工業高校	91	1	55.14	68 ×	68 ×	68	85	90	93 ×	68	4	90	4	158
62Kg	1	吾郷　英之	島根	出雲農林高校	90	2	61.08	82	85	88 ×	107	111	113	85	1	113	1	198
62Kg	2	瀬藤　達也	岡山	笠岡工業高校	90	2	61.26	80	90 ×	90 ×	100	103 ×	106 ×	80	2	100	2	180
62Kg	3	和田守泰介	島根	出雲農林高校	92	1	60.78	61 ×	61	63 ×	85	87	89	61	5	89	3	150
62Kg	4	高橋　剛士	広島	戸手高校	90	1	60.98	60	63	66	78	82 ×	82	66	4	82	4	148
62Kg		谷口　圭太	岡山	東岡山工業高校	91	2	61.98	80 ×	80 ×	80	100 ×	100 ×	100 ×	80	3	—		—
69Kg	1	小川　正祥	島根	出雲農林高校	90	2	66.48	88 ×	88 ×	91	104	108	112 ×	91	1	108	1	199
69Kg	2	渡辺　亮介	岡山	倉敷工業高校	91	2	67.32	82 ×	82	86 ×	100	103	108 ×	82	3	103	2	185
69Kg	3	中野　祐貴	山口	下関工業高校	90	2	65.04	75	80	83 ×	95	100 ×	100 ×	80	4	95	3	175
69Kg	4	甲斐　正城	広島	戸手高校	90	2	66.90	70	75	80	85 ×	85	90 ×	80	5	85	5	165
69Kg	5	原本悠太郎	山口	下関国際高校	91	1	67.30	70 ×	70	75	85	90	95 ×	75	6	90	4	165
69Kg		山本　邦彦	岡山	水島工業高校	90	2	68.54	85	88 ×	88 ×	115 ×	115 ×	117 ×	85	2	—		—
77Kg	1	北崎　慎也	岡山	水島工業高校	90	2	75.96	100	103	105	120	125	130 ×	105	1	125	1	230
77Kg	2	大野　友之	島根	出雲農林高校	91	2	75.02	80	83	85	100	104	108	85	2	108	2	193
77Kg	3	中村　祐輔	山口	下関工業高校	91	1	75.86	75	80	83 ×	95	100	105 ×	80	3	100	3	180
77Kg	4	山根　実成	鳥取	米子工業高校	91	2	71.44	60	65	—	70	—	—	65	4	70	4	135
77Kg		山根　智行	鳥取	鳥取湖陵高校	91	1	72.22	85 ×	85 ×	85 ×	—	—	—	—		—		—
85Kg	1	田中恒太朗	鳥取	米子工業高校	91	2	79.62	80 ×	80 ×	80	95	100	105 ×	80	3	100	1	180
85Kg	2	福田　亨	山口	下関国際高校	91	1	82.78	70	75 ×	75 ×	90	95 ×	95	70	4	95	2	165
85Kg		小野　駿平	岡山	水島工業高校	90	2	81.54	95	98 ×	98 ×	121 ×	121 ×	121 ×	95	1	—		—
85Kg		石井　邦彦	岡山	水島工業高校	90	2	84.12	85	90 ×	90 ×	115 ×	115 ×	115 ×	85	2	—		—
85Kg		伊井野慎也	鳥取	鳥取湖陵高校	91	1	77.66	75 ×	75 ×	75 ×	90 ×	90 ×	90 ×	—		—		—
94Kg	1	西村　太琢	岡山	倉敷商業高校	91	1	89.46	100	102	104	116	120 ×	120 ×	104	1	116	1	220
94Kg	2	荊部　優	島根	出雲農林高校	90	2	85.82	90 ×	90 ×	90	103	109	115	90	2	115	2	205
105Kg	1	中山　貴意	広島	府中東高校	90	2	94.82	108	113 CR	120 CR	125	130 ×	130	120	1	130	1	250 CS
105Kg	2	廣瀬　和志	山口	下関国際高校	91	2	94.84	100	105 ×	105 ×	120	125 ×	125 ×	100	2	120	2	220
105Kg		中武　正志	岡山	笠岡工業高校	91	2	98.92	90 ×	90 ×	91 ×	125 ×	125 ×	—	—		—		—
105Kg		若林　佳秀	岡山	倉敷工業高校	90	2	101.44	95 ×	95 ×	98 ×	125 ×	—	—	—		—		—
+105Kg	1	森川　太平	広島	府中東高校	90	2	117.54	90	95	98 ×	105	110	115	95	1	115	1	210
+105Kg		遠藤　謙太	岡山	倉敷商業高校	91	1	118.06	80	85 ×	90 ×	110 ×	110 ×	110 ×	80	2	—		—
53Kg	1	大倉　早紀	岡山	倉敷商業高校	90	2	52.38	45	48 ×	48	55	58	60 ×	48	2	58	2	106
53Kg	2	丸山　麻衣	岡山	倉敷商業高校	91	2	52.58	45 ×	45	47	58	60 ×	60 ×	47	3	58	3	105
53Kg		牧野　菜摘	岡山	倉敷商業高校	90	2	52.00	50 ×	50 ×	51	62 ×	62 ×	62 ×	51	1	—		—
53Kg		渡辺美幸子	岡山	倉敷工業高校	90	2	51.28	50 ×	50 ×	50 ×	63	66 ×	68	—		68	1	—
58Kg	1	圃子　杏菜	岡山	倉敷商業高校	91	1	57.00	50 ×	53	55	63	65	67 ×	55	1	65	2	120
58Kg	2	大野　早貴	岡山	倉敷商業高校	90	2	57.68	50 ×	50	52	62	64	66 ×	52	2	64	3	116
58Kg	3	岡　幸穂	岡山	倉敷商業高校	90	2	56.42	48	50 ×	50 ×	65 ×	65	68 ×	48	3	65	1	113

第8回四国高等学校選抜大会　2008.01.20　徳島県徳島市

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト S	順	ベスト C&J	順	トータル
53Kg	1	富田裕太郎	香川	香川中央高校	90	2	53.00	73	75	77 ×	88 ×	88 ×	88	75	1	88	1	163
53Kg	2	堀口　直哉	香川	多度津工業高校	90	2	52.50	60	63	65	80	83 ×	83	65	2	83	2	148
53Kg	3	菅　隼也	愛媛	新居浜工業高校	91	2	50.00	55	60	64 ×	80 ×	80	82 ×	60	3	80	3	140
56Kg	1	富士見佳門	香川	香川中央高校	91	2	55.70	65	70 ×	70	80 ×	80	83 ×	70	1	80	2	150
56Kg	2	神尾　拓矢	愛媛	新居浜工業高校	90	2	55.25	65	70 ×	70 ×	78	83	85 ×	65	2	83	1	148
56Kg	3	源代　和樹	愛媛	新居浜工業高校	91	2	55.35	60	65 ×	65	78	81 ×	81	65	3	81	3	146
62Kg	1	井上　直紀	徳島	鳴門工業高校	90	2	60.70	80 ×	80	85	100	105 ×	105 ×	85	1	100	1	185
62Kg	2	宮脇　健斗	香川	多度津工業高校	90	2	60.70	73	76 ×	76 ×	90	93 ×	93 ×	73	2	90	2	163
69Kg	1	中筋　祐也	香川	多度津工業高校	1990	2	67.95	82	85	87 ×	100	105 ×	105	85	1	105	1	190
69Kg	2	伊藤　大介	高知	明徳義塾高校	1991	1	64.70	55	60	65 ×	75	80	83	60	2	83	2	143

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト S	ベスト 順	ベスト C&J	ベスト 順	トータル
77Kg	1	中村　涼	香　川	多度津高校	91	1	75.65	92 ×	92	95 ×	115	118 ×	118	92	1	118	1	210
77Kg	2	大平　悟士	香　川	香川中央高校	90	2	76.05	83	88	90	110	115	120 ×	90	2	115	2	205
77Kg	3	山本友貴人	香　川	多度津工業高校	90	2	76.75	70	78	84	90	100	108	84	6	108	3	192
77Kg	4	山下　晃平	徳　島	徳島工業高校	90	2	75.50	80	82	85	100	103	106	85	5	106	4	191
77Kg	5	松永　真典	徳　島	板野高校	91	1	74.85	85	90 ×	90 ×	105 ×	105	110 ×	85	3	105	5	190
77Kg	6	鎌田　智哉	徳　島	徳島工業高校	90	2	75.35	85	87 ×	87 ×	100 ×	100	105 ×	85	4	100	6	185
77Kg	7	山内　謙信	愛　媛	新居浜工業高校	91	2	76.80	75	80 ×	80 ×	95	100 ×	100 ×	75	7	95	7	170
85Kg	1	瀬谷　直大	愛　媛	新居浜工業高校	90	2	84.45	90	95 ×	95 ×	115	120	125 ×	90	1	120	1	210
85Kg	2	横瀬　有作	徳　島	徳島工業高校	91	1	79.95	75 ×	75 ×	75	95 ×	95	100	75	2	100	2	175
94Kg	1	岡　京司	愛　媛	新居浜工業高校	90	2	89.70	85	90 ×	90 ×	95	100	105	85	1	105		190
105Kg	1	渡辺　貴大	香　川	多度津工業高校	90	2	104.00	110	115	118 ×	130	135	140 ×	115	1	135	1	250
105Kg	2	中浦　雅斗	香　川	多度津高校	91	1	95.40	85 ×	85	90 ×	110	115 ×	115 ×	85	2	110	2	195
53Kg	1	中川　紀代	高　知	明徳義塾高校	90	2	52.35	47	50 ×	50	55	58	60	50		60		110
53Kg	2	田窪　妙香	愛　媛	新居浜南高校	91	1	52.55	44	46 ×	46	60 ×	60 ×	60	46		60		106
53Kg	3	高橋亜衣香	愛　媛	新居浜南高校	91	1	49.90	45 ×	45	47	55	58 ×	58	47		58		105

第16回全九州高等学校選抜大会　2008.01.20　大分県国東市

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト S	ベスト 順	ベスト C&J	ベスト 順	トータル
53Kg	1	工藤　晃平	大　分	杵築高校	90	2	52.24	65	68	71	91	93	97 ×	71	1	93	1	164
53Kg	2	岩本　一文	佐　賀	有田工業高校	90	2	51.92	61	65 ×	65	80	82	83 ×	65	4	82	2	147
53Kg	3	高尾　宏明	宮　崎	富島高校	91	1	49.32	63	66	69 ×	80	82 ×	82 ×	66	2	80	3	146
53Kg	4	吉岡　勝也	長　崎	諫早東高校	90	2	51.68	65 ×	65	70 ×	80	83 ×	83 ×	65	3	80	4	145
53Kg	5	兼本　博貴	沖　縄	豊見城高校	91	1	52.66	58	63 ×	63 ×	80	85 ×	85 ×	58	6	80	5	138
53Kg	6	桑原　悠也	佐　賀	有田工業高校	92	1	52.34	55	60	65 ×	70	75	77 ×	60	5	75	7	135
53Kg	7	山田　裕矢	熊　本	天草西高校	91	1	51.98	55	60 ×	60 ×	70	75	78	55	7	78	6	133
53Kg		牛島　拓也	福　岡	筑紫台高校	90	2	52.62	50 ×	50	55 ×	70 ×	70 ×	70 ×	50	9	—		—
53Kg		黒岩　秀介	福　岡	八幡中央高校	91	1	48.66	50 ×	50	—	—	—	—		8	—		—
56Kg	1	糸数　陽一	沖　縄	豊見城高校	91	1	55.44	90	95	199 CR	110	115	121 CR	100	1	121	1	221 CR
56Kg	2	川原　良太	長　崎	諫早農業高校	91	2	55.62	80	84	88 ×	100	105 ×	105 ×	84	2	100	2	184
56Kg	3	上田　翔平	長　崎	西彼農業高校	90	2	55.72	75 ×	75	77 ×	98	100	102 ×	75	4	100	3	175
56Kg	4	小林　正典	熊　本	天草西高校	90	2	55.52	70	73	75	83	87	90 ×	75	3	87	5	162
56Kg	5	大坪　良樹	福　岡	八幡中央高校	91	1	55.00	60	65 ×	67	80	85 ×	87	67	5	87	4	154
62Kg	1	金城　誠丸	沖　縄	豊見城高校	90	2	61.80	98	103 CR	107 ×	125	128 CR	130 CR	103	1	130	1	233 CR
62Kg	2	大久保　陵	長　崎	諫早農業高校	90	2	59.24	85	88	90	102	105 ×	105	90	2	105	4	195
62Kg	2	安田　和政	鹿児島	入来商業高校	90	2	60.90	80	85 ×	85	100	105	110	85	3	110	2	195
62Kg	4	岩切　茂夫	宮　崎	小林高校	90	2	60.86	82	85 ×	85 ×	102	104	108	82	5	108	3	190
62Kg	5	齋藤　匡紘	鹿児島	樟南高校	90	2	61.40	80	85	90 ×	95 ×	95	100	85	4	100	6	185
62Kg	6	高井　滉平	大　分	杵築高校	90	2	60.96	75	78 ×	78 ×	100	102 ×	102 ×	75	7	100	5	175
62Kg	7	鶴田　英大	長　崎	西彼農業高校	90	2	59.46	73	76	78 ×	90	93	95	76	6	95	8	171
62Kg	8	真子　智行	佐　賀	有田工業高校	90	2	61.18	70 ×	71	75	90	94	96 ×	75	8	94	9	169
62Kg	9	矢野優太郎	福　岡	八幡中央高校	91	1	59.00	61	66	71 ×	90	96	97 ×	66	9	96	7	162
62Kg	10	麻生　啓介	大　分	大分工業高校	90	2	59.62	65 ×	65 ×	65	85	90	92 ×	65	10	90	10	155
62Kg	11	新里　祐司	佐　賀	有田工業高校	91	1	60.80	65	68	71 ×	80	85 ×	85 ×	68	9	80	11	148
69Kg	1	金城　聖丸	沖　縄	豊見城高校	90	2	66.56	107	112 CR	118 ×	137	141 CR	146 ×	112	1	141	1	253 CR
69Kg	2	中津　一晃	宮　崎	小林工業高校	90	2	68.74	88 ×	88	92 ×	114	117	118	88	5	118	2	206
69Kg	3	木原　弘貴	福　岡	九州国際大学附属高校	90	2	66.48	85	90 ×	90	110	114	115	90	3	115	3	205
69Kg	4	鬼塚　一平	大　分	杵築高校	91	1	67.72	87	92 ×	92	110 ×	110	117 ×	92	2	110	4	202
69Kg	5	江藤　祐也	大　分	大分工業高校	90	2	65.72	86 ×	88 ×	88	108	112 ×	114 ×	88	4	108	5	196
69Kg	6	山口　俊輔	長　崎	諫早農業高校	90	2	65.66	78	81	84	92	96	101	84	6	101	7	185
69Kg	7	黒川　晶人	佐　賀	有田工業高校	90	2	67.68	80	85 ×	85 ×	100	103	105 ×	80	7	103	6	183
69Kg	8	細木　涼佐	熊　本	鎮西高校	91	1	68.22	70	75 ×	75 ×	90	95	100 ×	70	8	95	8	165
69Kg		音西　　守	佐　賀	有田工業高校	91	2	67.54	65 ×	65 ×	65 ×	85 ×	85 ×	85 ×	—		—		—
77Kg	1	金城　成人	沖　縄	辺土名高校	92	1	76.00	97 ×	97	100	115	120	122	100	1	122	1	222
77Kg	2	甲斐　信哉	大　分	杵築高校	90	2	69.86	95	98	101 ×	114	120 ×	120	98	2	120	2	218
77Kg	3	高原　康幸	熊　本	天草西高校	91	1	73.08	90	95	97 ×	105	110	117 ×	95	4	110	3	205
77Kg	4	池田　広生	佐　賀	有田工業高校	90	2	71.32	85	90	95 ×	95 ×	95	100	90	5	100	5	190
77Kg	4	下原　卓朗	鹿児島	川薩清修館高校	91	1	72.52	85	90 ×	90	100	105 ×	105 ×	90	6	100	7	190
77Kg	4	白石　正典	福　岡	九州国際大学附属高校	92	1	74.54	80	85	88 ×	100	105	107 ×	85	9	105	4	190
77Kg	7	桑鶴　大介	宮　崎	小林高校	90	2	73.74	80	85	88 ×	97	100 ×	100	85	8	100	6	185
77Kg	8	古賀　賢治	長　崎	諫早農業高校	91	1	72.46	80	85 ×	85	95 ×	95	100 ×	85	7	95	8	180
77Kg	9	田原　成也	熊　本	天草西高校	91	1	75.48	70	75	78	90	95	100 ×	78	10	95	9	173
77Kg		内尾　政和	大　分	宇佐高校	90	2	73.88	96	99 ×	99 ×	123 ×	—	—	96	3	—		—
77Kg		木下　清隆	佐　賀	有田工業高校	90	2	71.20	70	75 ×	75	95 ×	95 ×	95 ×	75	11	—		—

階級	順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	スナッチ 2	スナッチ 3	クリーン&ジャーク 1	クリーン&ジャーク 2	クリーン&ジャーク 3	ベスト S	ベスト 順	ベスト C&J	ベスト 順	トータル
85Kg	1	宮平　聖正	沖　縄	沖縄工業高校	90	2	84.40	95 ×	95 ×	95	120	125	130 ×	95	1	125	1	220
85Kg	2	長野　翔太	長　崎	西彼農業高校	90	2	82.94	90	93	96 ×	113	116	118	93	2	118	2	211
85Kg	3	島田　義孝	長　崎	諫早農業高校	90	2	81.54	85	90	92	110	116	120 ×	92	3	116	3	208
85Kg	4	平野眞太朗	宮　崎	小林工業高校	90	1	82.56	80	84 ×	85	95	100	105	85	4	105	4	190
85Kg	5	三浦　周平	大　分	杵築高校	92	1	82.76	80 ×	80	83	105	110 ×	110 ×	83	5	105	5	188
85Kg	6	小野　拓也	佐　賀	有田工業高校	91	1	81.96	75 ×	75	80 ×	95	98 ×	98	75	6	98	6	173
94Kg	1	本多　正典	熊　本	天草西高校	90	2	89.24	100	105	108 ×	130 ×	130	135	105	1	135	1	240
94Kg	2	西波照間章	沖　縄	美来工科高校	90	2	94.00	100	105 ×	105 ×	130	141 ×	141 ×	100	2	130	3	230
94Kg	3	仲里　優人	沖　縄	豊見城高校	91	1	88.98	85	90	93 ×	115	126	130	90	6	130	2	220
94Kg	4	成松　星耶	大　分	宇佐高校	90	2	92.30	95	98 ×	98 ×	116	121	124 ×	95	4	121	4	216
94Kg	5	大嶋虎太朗	熊　本	鎮西高校	90	2	90.76	95	100 ×	100 ×	115	120	125 ×	95	3	120	6	215
94Kg	6	朝倉　崇倫	福　岡	九州国際大学附属高校	91	1	89.76	87 ×	87	92	120	123 ×	125 ×	92	5	120	5	212
94Kg	7	松添　祐二	佐　賀	有田工業高校	91	2	92.62	90 ×	90 ×	90	102	107	115	90	7	115	7	205
105Kg	1	山里　健城	沖　縄	沖縄工業高校	90	2	95.30	90	93	95	115 ×	115	118	95	1	118	2	213
105Kg	2	石橋　征巳	福　岡	九州国際大学附属高校	90	2	98.02	90 ×	90	95 ×	120 ×	120	124 ×	90	2	120	1	210
105Kg	3	波多宏太郎	長　崎	西彼農業高校	90	2	96.18	85	88	91 ×	110 ×	110	115	88	3	115	3	203
105Kg	4	近藤　幸一	大　分	杵築高校	90	2	97.20	80	85 ×	85 ×	100	110 ×	110	80	6	110	4	190
105Kg	5	岩下　哲也	福　岡	東福岡高校	90	2	94.20	82 ×	82	—	102	—	—	82	4	102	5	184
105Kg	6	久保　健太	鹿児島	樟南高校	91	1	103.26	82 ×	82	87 ×	102 ×	102	107 ×	82	5	102	6	184
+105Kg	1	下村　裕太	宮　崎	小林工業高校	90	2	149.00	105	113	121 ×	135	143	146 CR	113	1	146	1	259
+105Kg	2	玉城　安剛	沖　縄	小禄高校	92	1	132.95	85	90	95	105	110	115	95	2	115	2	210
+105Kg	3	大庭　英昭	福　岡	八幡中央高校	91	1	109.16	85 ×	85 ×	85	105	107	108	85	3	108	3	193
48Kg	1	玉城　夏樹	沖　縄	那覇高校	91	1	45.80	50 ×	50 ×	50	61	63	66 ×	50	1	63	1	113
48Kg	2	永村　知美	熊　本	熊本第一高校	90	2	47.80	41 ×	41	43 ×	53	55 ×	55 ×	41	2	53	3	94
48Kg	3	末永　　愛	宮　崎	高鍋農業高校	91	2	45.54	37	40	42 ×	47	51	53	40	3	53	2	93
48Kg	4	浦　　美咲	長　崎	西彼農業高校	91	1	47.64	40 ×	40	42 ×	50 ×	50	53 ×	40	4	50	4	90
53Kg	1	西嶋奈那美	熊　本	熊本第一高校	90	2	52.64	47	49	51 ×	60	62	64	49	1	64	1	113
53Kg	2	宮城　　円	沖　縄	沖縄工業高校	90	2	52.92	40 ×	40	45 ×	50	53 ×	53	40	2	53	3	93
53Kg	3	安藤　ゆい	宮　崎	高鍋農業高校	91	1	51.44	28 ×	28	30 ×	35	40 ×	40	28	3	40	4	68
53Kg		川野　聖加	宮　崎	富島高校	90	2	51.99	40 ×	40 ×	40 ×	52	54	56 ×	—		54	2	—
58Kg	1	波平　椎奈	沖　縄	豊見城高校	90	2	57.06	55	60 ×	61 ×	70	73	75 ×	55	1	73	2	128
58Kg	2	勝連亜伊李	沖　縄	宮古農林高校	90	2	56.18	50	52 ×	53	60 ×	60 ×	60	53	2	60	3	113
58Kg	3	宮城　里穂	沖　縄	豊見城高校	91	1	56.24	45	48	51	55	60	63 ×	51	3	60	4	111
58Kg	4	甲斐美奈子	宮　崎	高鍋農業高校	91	2	55.78	27	30	33 ×	40	45	47	30	4	47	5	77
63Kg	1	谷山祐里奈	沖　縄	豊見城高校	90	2	62.60	71 ×	71 CR	75 CR	88 CR	93 CR	95 ×	75	1	93	1	168 CR
63Kg	2	神谷　　歩	沖　縄	豊見城高校	92	1	58.96	55	58	61	67	70	73	61	2	73	2	134
63Kg	3	喜屋武　梓	沖　縄	糸満高校	91	1	60.68	48	50	52	58	60	62	52	3	62	3	114
63Kg	4	知念未可子	沖　縄	那覇高校	91	1	60.94	38	41 ×	41 ×	50	53	55	38	4	55	4	93
69Kg	1	堂園　　舞	鹿児島	入来商業高校	90	2	68.12	55 ×	55	57	67 ×	67 ×	67	57	1	67	1	124
69Kg	2	仲里友梨佳	沖　縄	豊見城高校	91	1	65.72	45	48	52	62	66	70 ×	52	2	66	2	118
69Kg	3	大場　彩香	宮　崎	富島高校	90	2	65.06	48 ×	48	50	54	56	58 ×	50	3	56	3	106
75Kg	1	仲村　理奈	沖　縄	豊見城高校	90	2	74.52	77 CR	82 CR	85 ×	97 CR	101 CR	103 ×	82	1	101	1	183 CR
75Kg	2	長倉　　洸	宮　崎	高鍋農業高校	91	1	72.28	33	35	38 ×	45	50 ×	50 ×	35	2	45	2	80
+75Kg	1	名嘉　美波	沖　縄	那覇高校	90	2	93.20	61	63	66 ×	77	80	82 ×	63	1	80	1	143
+75Kg	2	砂川満寿美	沖　縄	宮古農林高校	90	2	117.84	55 ×	55	58 ×	70	73	76 ×	55	2	73	2	128
+75Kg	3	寺嶋　秋恵	宮　崎	高鍋農業高校	90	2	84.18	45	50	52	50	55 ×	55	52	3	55	3	107
+75Kg	4	渡部　早貴	長　崎	西彼農業高校	92	1	82.06	35 ×	35	40 ×	50	53 ×	53	35	4	53	4	88

JOCジュニアオリンピックカップ 第28回全日本ジュニア選手権大会

●平成20年3月8日[男子56Kg級～77Kg級・女子48Kg級～63Kg級]・9日[男子85Kg級～+105Kg級・女子69Kg級～+75Kg級]
●さいたま市記念総合体育館

【男子】

56Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	玉城 成一	沖 縄	日本大学	89	55.98	93 ×	93	96	122	124	126	96	2	126	1	222
2	東門 勇将	沖 縄	那覇高校	89	56.00	95	98	100 ×	117	122	124	98	1	124	2	222
3	赤嶺 直樹	大 分	大分工業高校	89	54.40	85	88 ×	88	112	114 ×	115	88	3	115	3	203
4	坂元 司	宮 崎	小林高校	89	55.84	88 ×	88 ×	88	110	113 ×	114 ×	88	5	110	5	198
5	村上 朋	富 山	滑川高校	90	55.44	83	86	88	107	110 ×	112 ×	88	4	107	6	195
	村松 敦大	宮 城	柴田高校	89	55.80	90 ×	90 ×	90 ×	107	110	115 ×	—		110	4	—

62Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	黒江 雄治	福 島	早稲田大学	88	61.80	105	108 ×	108 ×	131	133	—	105	3	133	1	238
2	大塚 一樹	香 川	多度津工業高校	89	61.36	100	103	106	128 ×	128	131 ×	106	2	128	4	234
3	前田 祥平	石 川	金沢学院大学	89	61.60	98 ×	98 ×	98	125	130 ×	130	98	5	130	3	228
4	安永 和詩	山 梨	法政大学	89	59.92	95	100 ×	100 ×	125	130	133 ×	95	7	130	2	225
5	山本 健晴	福 井	大阪商業大学	88	61.04	100	105 ×	105 ×	120	125 ×	125	100	4	125	5	225
6	武市 航	大 阪	大阪産業大学附属高校	90	61.28	102	107 ×	107	110	115	121 ×	107	1	115	8	222
7	古庄 佑基	大 分	明治大学	88	59.74	90	95 ×	95 ×	115	120	124	90	8	124	6	214
8	早川 彰彦	大 阪	大阪産業大学附属高校	92	61.42	92	96 ×	96	115	118	120 ×	96	6	118	7	214

69Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	武井誠一郎	山 梨	日川高校	90	67.62	107	112 ×	115	130	134	136	115	1	136	2	251
2	平塚 健太	山 梨	法政大学	88	63.24	110	114 ×	114 ×	130	135	141 ×	110	2	135	3	245
3	大塚 裕也	大 分	早稲田大学	88	68.58	103 ×	103	110 ×	136	141	143 ×	103	5	141	1	244
4	加藤 晴希	宮 城	柴田高校	89	65.80	105	108	110 ×	130	135 ×	135	108	3	135	4	243
5	安田 透	秋 田	金沢学院大学	88	68.26	100 ×	100	105	120 ×	120	125	105	4	125	7	230
6	三田村和真	山 形	中央大学	89	67.80	98	100	102 ×	125 ×	125	130 ×	100	6	125	6	225
	是友 陽介	岡 山	法政大学	88	63.84	100 ×	100 ×	100 ×	125	130 ×	130 ×	—		125	5	—
	下村 剛史	熊 本	鎮西高校	90	68.58	95 ×	95 ×	95	—	—	—	95	7	—		—
	白草 竜太	大 阪	大阪産業大学附属高校	90	68.80	115 ×	115 ×	115 ×	145 ×	148 ×	—	—		—		—

77Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	村上 広大	宮 崎	九州国際大学	88	76.98	115 ×	115	120	150	155	161 ×	115	1	155	1	270
2	秋原 悠	京 都	関西大学	88	75.34	103	107	110	137	140	142 ×	110	2	140	3	250
3	八巻 靖	福 島	平成国際大学	89	71.56	102 ×	102 ×	102	130	135	140	102	3	140	2	242
4	辻 誠人	京 都	田辺高校	91	72.96	100 ×	100	105	130	135	138 ×	100	4	135	4	235
5	前羽 俊祐	京 都	金沢学院大学	88	75.72	95	100 ×	100	135	139 ×	143 ×	100	5	135	5	235
6	関根 忍	埼 玉	平成国際大学	88	76.22	97	100	103 ×	128	131	138 ×	100	6	131	6	231
7	新垣 勝彦	沖 縄	日本体育大学	88	76.26	100	103 ×	103 ×	125	128 ×	131 ×	100	7	125	8	225
8	塚越 俊	山 梨	日川高校	89	70.54	80	85	90	130 ×	130	138 ×	90	8	130	7	220

85Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	武井 大貴	山 梨	中央大学	88	84.78	117	121	123 ×	150	154	157 ×	121	1	154	1	275
2	芦渡 翔	岩 手	法政大学	88	84.24	106	109	114 ×	140 ×	140	145	109	2	145	2	254
3	遠藤 圭輔	宮 城	宮城県農業高校	89	84.52	100	105	108	135	140	145 ×	108	3	140	3	248

94Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	河原 祐輔	石 川	金沢学院大学	89	90.98	125 ×	125	130	158	162 ×	162	130	1	162	1	292
2	衛藤 靖弘	大 分	日本大学	88	93.62	130 ×	130	135 ×	155 ×	155	162	130	2	162	2	292
3	大村 祐之	京 都	加悦谷高校	89	86.72	120	123 ×	124	150 ×	150 ×	150	124	3	150	3	274
4	加藤 温恭	福 島	勿来工業高校	89	92.50	115	121 ×	121	145	154 ×	154 ×	121	4	145	5	266
5	後藤 祐也	岡 山	倉敷商業高校	89	90.14	110	113 ×	113	145	150 ×	150	113	6	150	4	263
	河野 智仁	徳 島	中央大学	88	93.08	113 ×	113	116	135 ×	135 ×	135 ×	116	5	—		—

105Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	白石 宏明	福 岡	九州国際大学附属高校	89	94.04	125	129	133 ×	171 HR	175 HR	180 ×	129	2	175	1	304 HR
2	小湊 和輝	福 島	日本大学	88	99.34	120 ×	120	125	160	165	168	125	4	168	2	293
3	渡邊 大	山 梨	中央大学	88	100.32	123	126	128	160 ×	160	164	128	3	164	4	292
4	二羽 泰一	青 森	日本大学	88	103.66	132	140 ×	140 ×	160	165 ×	165 ×	132	1	160	5	292
5	木城 悠介	栃 木	早稲田大学	89	102.84	115	120	123 ×	158	163	166	120	7	166	3	286
6	深沢健志郎	山 梨	日川高校	89	98.46	122	127 ×	128 ×	155 ×	155	161 ×	122	5	155	6	277
7	前田 拓哉	京 都	加悦谷高校	89	100.42	115 ×	115	121 ×	145	150 ×	150 ×	115	8	145	8	260
8	大畠 昌士	石 川	津幡高校	90	101.70	110 ×	110 ×	110	145	150 ×	153 ×	110	9	150	7	260
9	北川 翔太	大 阪	京都産業大学	88	103.46	110	115 ×	115 ×	140 ×	140 ×	140	110	10	140	10	250
	佐藤 匠	佐 賀	九州国際大学	89	96.60	120	125 ×	129 ×	145 ×	145 ×	145 ×	120	6	—		—
	佐藤 亮介	大 分	杵築高校	90	103.22	118 ×	118 ×	118 ×	145 ×	145 ×	145	—		145	9	—

+105Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	鈴木 匠平	群 馬	利根実業高校	90	119.44	125	130 ×	133 ×	157	163 ×	163 ×	125	5	157	2	282
2	清水 友貴	大 阪	近畿大学	88	120.90	125	130 ×	130	150 ×	150 ×	150	130	1	150	7	280
3	飯塚 崇亮	栃 木	平成国際大学	89	142.45	117 ×	117 ×	117	155	161	163	117	8	163	1	280
4	中浦 雄太	香 川	多度津工業高校	89	127.15	120	127	132 ×	152 ×	152	156 ×	127	3	152	3	279
5	髙倉 雄大	大 分	杵築高校	90	112.84	125 ×	127	131 ×	150	155 ×	156 ×	127	2	150	5	277
6	英 一成	石 川	津幡高校	89	115.20	110	118	125	150 ×	150	161 ×	125	4	150	6	275
7	下村 裕太	宮 崎	小林工業高校	90	150.20	110	115	118	140	147	152	118	7	152	4	270
8	渡慶次純一	沖 縄	日本大学	88	112.34	110 ×	110	115 ×	140	145	150 ×	110	9	145	8	255
9	山田 篤誌	京 都	鳥羽高校	90	120.65	102 ×	102	110 ×	110	—	—	102	10	110	9	212
	望月 駿一	静 岡	静岡県ウエイトリフティング協会	88	128.40	110	115	120	150 ×	—	—	120	6	—		—

【女子】

48Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	竹下 菜緒	京 都	金沢学院大学	88	47.84	68 ×	68	71 CR	86	90	93 CR	71	1	93	1	164 CR
2	伊藤 奈央	三 重	四日市中央工業高校	90	46.90	55	59	61	75	79	83 ×	61	2	79	2	140
3	平井美彩紀	富 山	滑川高校	90	47.86	44	47 ×	47 ×	55	58	62 ×	44	3	58	4	102
	眞喜志沙織	沖 縄	豊見城高校	89	47.86	60 ×	60 ×	60 ×	78 ×	78 ×	78	—		78	3	—
	松山 洋香	長 野	松商学園高校	90	47.84	54 ×	54 ×	54 ×	68 ×	68 ×	68 ×	—		—		—

53Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	具志堅美沙希	沖 縄	南部工業高校	90	52.54	73	76	78	88	93	100 ×	78	1	93	1	171
2	稲谷 春菜	岡 山	平成国際大学	89	52.82	70 ×	70	73	85	87	90 ×	73	2	87	2	160
3	鎰谷 綾子	京 都	立命館大学	88	52.44	67 ×	67 ×	67	80	84	86	67	3	86	3	153
4	中井 美保	兵 庫	須磨友が丘高校	89	52.70	66	68 ×	68 ×	83 ×	83	86	66	4	86	4	152
5	堀内 瞳	京 都	網野中学校	92	51.80	55	57 ×	57	63	66	68	57	5	68	5	125
6	小西 香菜	兵 庫	明石南高校	90	52.82	53 ×	53	56 ×	68	71 ×	73 ×	53	6	68	6	121
7	手塚 香奈	長 野	松商学園高校	90	52.40	45	48 ×	50	58	61 ×	61 ×	50	7	58	7	108

58Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	菊田 泰子	石 川	金沢学院大学	88	57.58	73	76	79 ×	90	94	97 ×	76	1	94	1	170
2	山本 優子	福 井	若狭東高校	91	55.84	65	67 ×	67 ×	78	80	83 ×	65	2	80	2	145
3	本城早紀子	京 都	鳥羽高校	89	57.52	60	63 ×	63 ×	74	77	79 ×	60	5	77	3	137
4	金島 梨恵	京 都	鳥羽高校	91	58.90	57 ×	57	60 ×	72	75	77	57	9	77	4	134
5	太田 朝子	長 崎	西彼農業高校	89	55.74	58 ×	58	60 ×	73	75	79 ×	58	7	75	5	133
6	今永 幸乃	兵 庫	香寺高校	89	55.95	55	58	59	72	74 ×	75 ×	59	6	72	7	131
7	谷口 もも	富 山	滑川高校	91	55.88	58	60 ×	60 ×	70	72	75 ×	58	8	72	6	130
8	徳永 由依	石 川	津幡高校	91	57.08	58	60	62 ×	70 ×	70 ×	70	60	4	70	8	130
9	官野 由佳	福 島	福島明成高校	91	56.34	55	60	62 ×	69	72 ×	72 ×	60	3	69	9	129
10	田中 佑佳	兵 庫	明石南高校	91	57.82	54 ×	54 ×	54	65	69 ×	72 ×	54	10	65	10	119

63Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	宮平奈美子	沖 縄	九州国際大学	88	62.60	80	83 ×	83	100	104	107 ×	83	1	104	1	187 CR
2	木下ちひろ	京 都	鳥羽高校	89	59.42	70	73	75	84	86	88	85	2	88	4	163
3	圖子絵里菜	岡 山	平成国際大学	88	61.68	69	71 ×	71 ×	88	90	95 ×	69	3	90	2	159
4	矢野 晴佳	京 都	関西大学	88	61.92	67	69 ×	69	87	90	92 ×	69	4	90	3	159
5	尾崎 都加	京 都	加悦谷高校	91	60.11	63	66	68	80	82	84	68	5	84	5	152
6	苅谷 仁美	岐 阜	早稲田大学	88	62.04	63 ×	63	67 ×	80 ×	80 ×	80	63	6	80	7	143
7	谷島 茉弥	富 山	滑川高校	90	59.68	57	60	62 ×	75	78	80	60	7	80	6	140
8	清水麻里菜	岡 山	平成国際大学	88	62.42	58	60 ×	60 ×	70	72	74 ×	58	8	72	8	130

69Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	前原 よしの	沖 縄	九州国際大学	88	67.76	65	68	72	88 ×	88	94	72	3	94	1	166
2	瀬戸夕紀子	石 川	津幡高校	89	65.82	72 ×	72	74 ×	90 ×	90	92	72	2	92	2	164
3	嶋本 愛	和歌山	和歌山東高校	90	68.34	70	73	75 ×	90	93 ×	93 ×	73	1	90	4	163
4	榎木 博美	石 川	珠洲実業高校	89	68.20	67	70 ×	70 ×	90	94 ×	94 ×	67	4	90	3	157
5	児玉 優子	新 潟	金沢学院大学	88	67.48	60	62	64	75	78	80	64	5	80	5	155

75Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	井上 佐織	三 重	平成国際大学	90	74.20	75	78	81	103	107	111 ×	81	2	107	1	188
2	仲村 理奈	沖 縄	豊見城高校	90	73.96	78	82	84 ×	100	103	105	82	1	105	2	187
3	入井 麻好	富 山	滑川高校	90	73.38	58	60	62	72	75 ×	75	62	3	75	4	137
	尾崎 妹加	京 都	加悦谷高校	91	69.40	68 ×	68 ×	70 ×	80	84	86 ×	—		84	3	—

+75Kg級

順位	氏名	都道府県名	所属	生年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	比嘉真理子	沖 縄	日本体育大学	88	95.12	80 ×	80	83	100	105	108	83	1	108	1	191
2	大西 はるか	京 都	早稲田大学	88	93.24	72	74	77	98	101	104 ×	77	2	101	2	178
3	谷上 蛍	石 川	金沢学院大学	89	90.52	68	72 ×	72	90 ×	90	93	72	3	93	3	165

最優秀選手　男子　62Kg級　玉城　成一　沖縄県　日本大学
　　女子　63Kg級　宮原奈美子　沖縄県　九州国際大学

第23回全国高等学校選抜大会

●平成20年3月28日[男子53Kg級～62Kg級・女子48Kg級～53Kg級]・29日[男子69Kg級～94Kg級・女子58Kg級～69Kg級]
30日[男子105Kg級～+105Kg級・女子75Kg級～+75Kg級]　●金沢市総合体育館(金沢市)

【男子】

53Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	吉田 真弘	福 島	石川高校	90	2	49.82	75	78	80	100	104 ×	104 ×	80	1	100	1	180
2	谷中 洋登	兵 庫	須磨友が丘高校	91	2	52.20	76 ×	76	78	97	99	100	78	5	100	2	178
3	大向 航一	岩 手	久慈工業高校	91	2	52.55	75	78 ×	78	97 ×	97	100	78	6	100	3	178
4	菊地 健太	新 潟	新潟工業高校	90	2	51.78	73	76	78	93	96	98	78	4	98	4	176
5	河合 直樹	山 梨	桂高校	90	2	52.72	75	78	81 ×	95	98	100 ×	78	7	98	5	176
6	丹下 雄介	岡 山	倉敷商業高校	90	2	51.73	75 ×	75	78	93	96	98 ×	78	3	96	7	174
7	工藤 晃平	大 分	杵築高校	90	2	52.48	70	73 ×	73	92	95	97	73	11	97	6	170
8	光田 貴亮	岡 山	笠岡工業高校	90	2	52.81	73	75	77	90	94 ×	94 ×	77	8	90	8	167
9	永山 大地	沖 縄	糸満高校	91	1	52.91	73	75	78 ×	90 ×	90	95 ×	75	9	90	9	165
10	武田 和樹	宮 城	柴田高校	90	2	52.67	70	72	74	87	89	91 ×	74	10	89	10	163
	冨田裕太郎	香 川	香川中央高校	90	2	52.71	78	80	81 ×	95 ×	95 ×	95 ×	80	2	—		—
	吉田 裕輔	青 森	八戸水産高校	91	2	52.56	70	72 ×	72	90 ×	90 ×	90 ×	72	12	—		—

56Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	糸数 陽一	沖 縄	豊見城高校	91	1	55.81	90	95	100 CR	115 ×	115	123 ×	100	1	115	1	215
2	幸地 良	沖 縄	南部工業高校	90	2	55.76	88 ×	88 ×	88	113 ×	113	118 ×	88	2	113	2	201
3	西口 達也	三 重	亀山高校	90	2	55.45	78	81	84	102 ×	102	107	84	4	107	3	191
4	川原 良太	長 崎	諫早農業高校	91	2	55.60	81	85	87	101	104	105 ×	87	3	104	4	191
5	阿部 貴裕	栃 木	小山南高校	91	2	55.71	75	80	84	95	101 ×	101	84	5	101	7	185
6	雨宮 恭太	山 梨	日川高校	90	2	55.67	73	76	78	94	99	101	78	7	101	5	179
7	内村 湧嬉	岩 手	盛岡工業高校	91	1	55.50	75	78	80 ×	97	100 ×	100 ×	78	6	97	8	175
8	上田 翔平	長 崎	西彼農業高校	91	2	55.69	70 ×	70	75 ×	90	95	101	70	9	101	6	171
9	矢倉 和紀	兵 庫	明石城西高校	90	2	55.26	74 ×	74	78 ×	96	100 ×	102 ×	74	8	96	9	170
10	白沢 尚也	山 梨	日川高校	90	2	55.42	45	50	55	55	60	65	55	10	65	10	120
	村上 道人	宮 崎	小林高校	90	2	55.64	98 ×	98 ×	98 ×	—	—	—	—		—		—
	水野 勝	岐 阜	土岐商業高校	90	2	55.75	80 ×	80 ×	80 ×	95 ×	—	—	—		—		—

62Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	金城 誠丸	沖 縄	豊見城高校	90	2	61.12	98 ×	98	103	123	130	136 ×	103	1	130	1	233
2	奥秋 良隆	山 梨	桂高校	90	2	61.01	88	91 ×	91	113	117	119	91	5	119	2	210
3	武部 真希	京 都	鳥羽高校	91	2	61.47	85	89	92	111	116	118	92	4	118	3	210
4	平良 朝太	沖 縄	南部工業高校	91	2	60.61	93	96 ×	96 ×	110	114 ×	114	93	2	114	6	207
5	早川 彰彦	大 阪	大阪産業大学附属高校	92	1	61.70	91 ×	91	95 ×	113	116	119 ×	91	6	116	4	207
6	吾郷 英之	島 根	出雲農林高校	90	2	60.80	84	87	90	110	114	118 ×	90	7	114	7	204
7	洲崎 秀成	石 川	珠洲実業高校	91	2	61.02	87 ×	87	89	112	115	117 ×	89	10	115	5	204
8	岩間 琢朗	山 梨	日川高校	91	2	61.33	85	88	90	108	111 ×	111	90	9	111	8	201
9	大沢 章悟	岩 手	久慈工業高校	90	2	61.27	87	90 ×	90	105	110	113 ×	90	8	110	10	200
10	川戸 優作	京 都	加悦谷高校	90	2	61.60	80	84	86 ×	108	111	113 ×	84	12	111	9	195
11	大久保 陵	長 崎	諫早農業高校	90	2	58.96	86	90	92	90	—	—	92	3	90	12	182
	石井 路夢	神奈川	大原高校	90	2	61.70	87 ×	87 ×	90 ×	102 ×	102	110	—		110	11	—
	安田 和政	鹿児島	入来商業高校	90	2	61.14	85	90 ×	90 ×	100 ×	100 ×	100 ×	85	11	—		—

69Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	金城 聖丸	沖 縄	豊見城高校	90	2	66.75	105	115 ×	115 ×	135	145 CR	150 ×	105	1	145	1	250
2	菅野 勝則	福 島	川俣高校	90	2	68.27	105 ×	105	110 ×	120	125	127 ×	105	2	125	3	230
3	中津 一晃	宮 崎	小林工業高校	91	2	68.54	94	97	99	123	126	127 ×	99	5	126	2	225
4	知念 義輝	沖 縄	糸満高校	90	2	66.98	95	100 ×	100	115	118	120	100	3	120	4	220
5	本田 亮順	石 川	津幡高校	90	2	68.45	98	100 ×	100	120 ×	120	122 ×	100	4	120	6	220
6	木原 弘貴	福 岡	九州国際大学附属高校	90	2	67.17	90 ×	90 ×	90	115 ×	115	120	90	8	120	5	210
7	出山 司	千 葉	八千代松陰高校	90	2	66.80	93	96 ×	96 ×	116	119 ×	119 ×	93	7	116	7	209
8	江藤 祐也	大 分	大分工業高校	90	2	67.21	90	93 ×	93 ×	110 ×	110	114	90	9	114	9	204
9	仲松 輝晃	沖 縄	豊見城高校	90	2	66.14	85	90 ×	90 ×	110	115	120 ×	85	11	115	8	200
10	岩崎 準也	青 森	八戸工業大学第一高校	90	2	68.50	90 ×	90	94 ×	105	110	114 ×	90	10	110	12	200
11	又吉 康弥	沖 縄	那覇工業高校	91	1	67.38	82 ×	82 ×	82	110	115 ×	117 ×	82	12	110	10	192
	甲斐 信哉	大 分	杵築高校	90	2	68.26	95 ×	95	97	118 ×	118 ×	122 ×	97	6	—		—
	鬼塚 一平	大 分	杵築高校	91	1	67.92	90 ×	90 ×	90 ×	110	113 ×	115 ×	—		110	11	—

77Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	安達 貴弘	愛 知	愛知工業大学名電高校	91	2	72.16	105	108	110	133	136	141 ×	110	1	136	1	246
2	西中 竜馬	石 川	飯田高校	90	2	72.30	103	106	108	133	136 ×	136	108	2	136	2	244
3	辻 誠人	京 都	田辺高校	91	2	71.91	102	106 ×	106	130	135	139 ×	106	3	135	3	241
4	北崎 慎也	岡 山	水島工業高校	90	2	76.29	103 ×	103 ×	103	123	134 ×	134 ×	103	4	123	6	226
5	津野田智也	山 梨	日川高校	90	2	75.55	95	98	100 ×	120	123	125	98	6	125	4	223
6	金城 成人	沖 縄	辺土名高校	92	1	75.95	95	100	103 ×	115	120 ×	120	100	5	120	10	220
7	吉田 雄三	京 都	加悦谷高校	91	1	70.68	90	95 ×	95	120	123 ×	123	95	9	123	5	218
8	内尾 政和	大 分	宇佐高校	90	2	73.40	93 ×	93	97	120	123 ×	124 ×	97	8	120	7	217
9	中村 涼	香 川	多度津高校	91	1	75.46	95 ×	95 ×	95	120 ×	120	126 ×	95	10	120	9	215
10	山添 直斉	京 都	加悦谷高校	90	2	76.08	90 ×	90	93 ×	120	122 ×	122 ×	90	11	120	11	210
	中元 秀和	兵 庫	洲本実業高校	90	2	69.11	97 ×	97 ×	97	114 ×	114 ×	114 ×	97	7	—		—
	鈴木 利也	宮 城	柴田農林高校	90	2	74.05	90 ×	90 ×	92 ×	118 ×	118	120	—		120	8	—

85Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	三浦 宏也	山 梨	吉田高校	90	2	79.37	103	107	109 ×	133	139 ×	139	107	4	139	2	246
2	原田 理央	山 梨	日川高校	91	2	83.86	108 ×	108	112	130	134	137 ×	112	2	134	3	246
3	坂本 文弥	京 都	加悦谷高校	91	2	80.55	106	110	113	126	130	132	113	1	132	4	245
4	高田 侑弥	栃 木	小山南高校	91	2	83.09	95	100	104 ×	130	135	141	100	10	141	1	241
5	山本 英明	大 分	大分工業高校	90	2	79.15	103	106	108	125	128	132 ×	108	3	128	5	236
6	坂本 博伸	北海道	札幌稲北高校	91	2	80.62	102 ×	102	107	120	125 ×	125	107	5	125	8	232
7	濱田 純	福 岡	八幡中央高校	90	2	83.41	100	104	107 ×	128	132 ×	132 ×	104	8	128	6	232
8	宮平 聖正	沖 縄	沖縄工業高校	90	2	84.99	100 ×	100	107 ×	120	125	133 ×	100	11	125	9	225
9	久慈 歩	岩 手	久慈工業高校	90	2	83.26	95	98	100 ×	120	123	126	98	12	126	7	224
10	菅野 亨	福 島	川俣高校	90	2	83.31	100	104	105 ×	120	125 ×	125 ×	104	7	120	12	224
11	後藤 大輝	三 重	四日市中央工業高校	90	2	80.66	93	96	100	117	121	125 ×	100	9	121	11	221
12	本間 章吾	新 潟	新潟西高校	90	2	83.30	92	95	98	123 ×	123	127 ×	98	13	123	10	221
13	坂本 大輔	三 重	四日市工業高校	90	2	84.26	93	96 ×	96	115	120	125 ×	96	14	120	13	216
	多和田眞史	沖 縄	糸満高校	90	2	84.13	105	108 ×	108 ×	—	—	—	105	6	—		—

94Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	小林 克己	京 都	加悦谷高校	90	2	87.72	107	110	113	131	135 ×	135	113	1	135	2	248
2	西波照間尊	沖 縄	美来工科高校	90	2	93.59	103	107	109 ×	135	137 ×	137	107	3	137	1	244
3	本多 正典	熊 本	天草高校天草西校	90	2	91.93	100	105	108	130	135	137 ×	108	2	135	3	243
4	籠谷 拓	山 梨	吉田高校	90	2	89.54	102	106	108 ×	128	132	134	106	4	134	4	240
5	浜田 幸一	石 川	津幡高校	90	2	91.76	103	106 ×	106 ×	130	134 ×	134	103	6	134	5	237
6	湯山 泰伸	山 梨	吉田高校	90	2	89.80	98	102	103	127	130	134 ×	103	5	130	7	233
7	松本 英将	栃 木	小山高校	90	2	89.47	90	95	100	125	130	137 ×	100	9	130	6	230
8	東海林聡志	千 葉	八千代西高校	90	2	91.64	100	103 ×	103 ×	130	134 ×	134 ×	100	10	130	8	230
9	伊丹 大士	三 重	四日市中央工業高校	91	1	87.35	100 ×	100 ×	100	128	133 ×	133 ×	100	8	128	9	228
10	成松 星耶	大 分	宇佐高校	90	2	91.82	95	100 ×	102	120	125	128 ×	102	7	125	11	227
11	千葉 洋平	岩 手	盛岡工業高校	91	2	90.57	95 ×	95 ×	95	120	125 ×	125	95	11	125	10	220
	藤原 和朋	秋 田	能代工業高校	90	2	93.62	110 ×	110 ×	110 ×	—	—	—	—		—		—

105Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	髙橋 一平	滋 賀	安曇川高校	90	2	94.01	108	112	115	145	152	158 ×	115	3	152	1	267
2	渡辺 貴大	香 川	多度津工業高校	91	2	103.92	115	118 ×	119	135 ×	135	140	119	1	140	3	259
3	児玉 邦弘	福 島	福島工業高校	90	2	102.05	100	105	107	140	145	152 ×	107	6	145	2	252
4	中山 貴憲	広 島	府中東高校	90	2	97.59	110	115	118	130 ×	130	133 ×	118	2	130	11	248
5	荒川 真吾	愛 知	愛知工業大学名電高校	90	2	101.44	112 ×	112 ×	112	133	135 ×	135	112	5	135	5	247
6	竹原 義将	福 井	若狭東高校	90	2	98.32	105	110	113	128	132 ×	132	113	4	132	8	245
7	徐 文平	北海道	朝鮮初中高級学校	90	2	104.29	102	107	110 ×	132	137 ×	140 ×	107	7	132	9	239
8	渡辺隆之介	山 梨	吉田高校	90	2	102.36	90	95	98	130	135	137	98	11	137	4	235
9	坂本 拓也	栃 木	小山南高校	90	2	102.58	95	100	105 ×	135	140 ×	148 ×	100	9	135	6	235
10	橋本 健司	兵 庫	尼崎工業高校	90	2	98.01	96	99	100	130	133	135 ×	100	8	133	7	233
11	石橋 征巳	福 岡	九州国際大学附属高校	90	2	103.71	90	96	100	125	131	135 ×	100	10	131	10	231

+105Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	長谷川 康	神奈川	神田高校	90	2	119.99	120 ×	120	125	150	155	161 ×	125	1	155	1	280
2	下村 裕太	宮 崎	小林工業高校	90	2	150.32	110	116	121	140	148	153 ×	121	2	148	2	269
3	尾前 孝明	岩 手	久慈工業高校	91	2	110.70	98	100	102	130	133	137	102	4	137	3	239
4	蜂谷 拓実	山 梨	吉田高校	90	2	113.63	105	109	111 ×	130	135 ×	135 ×	109	3	130	6	239
5	安藤 宏将	岐 阜	海津明誠高校	91	2	107.98	90	95	100	125	130	135 ×	100	5	130	5	230
6	立野 恭啓	宮 城	女川高校	90	2	128.80	90	95	98	125	130 ×	135 ×	98	7	125	7	223
7	中武 正志	岡 山	笠岡工業高校	91	2	105.99	85	90	93 ×	120	125 ×	130	90	12	130	4	220
8	玉城 安剛	沖 縄	小禄高校	92	1	133.86	90	95	100	105	115	120	100	6	120	10	220
9	新妻 賢弥	福 島	石川高校	90	2	118.70	85	90	95	115	120	123	95	11	123	8	218
10	下岡 勇貴	京 都	田辺高校	90	2	135.75	98 ×	98	102 ×	120 ×	120	126 ×	98	8	120	11	218
11	倉品三紀夫	群 馬	利根実業高校	90	2	105.08	93	96	98 ×	120 ×	120 ×	120	96	9	120	9	216
12	板橋 学	青 森	八戸工業大学第一高校	90	2	117.12	92	95	98 ×	112 ×	112	118	95	10	118	12	213

【女子】

48Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	伊藤 奈央	三 重	四日市中央工業高校	90	2	47.11	56 ×	56 ×	56	75 ×	75	81 CS	56	1	81	1	137
2	桐山 安奈	岐 阜	中津高校	92	1	47.38	48	50 ×	50	58	60	63 ×	50	2	60	3	110
3	玉城 夏樹	沖 縄	那覇高校	91	1	45.70	44	46 ×	46	57	59 ×	59	46	4	59	4	105
4	平井美彩紀	富 山	滑川高校	90	2	47.92	45	48 ×	48	57	59 ×	59 ×	48	3	57	5	105
5	奥川 彩夏	石 川	津幡高校	91	1	47.28	43	45	46	53	55 ×	55	46	5	55	9	101
6	片山 里紗	岡 山	倉敷商業高校	91	1	46.46	45 ×	45	47 ×	55	58 ×	58 ×	45	6	55	8	100
7	太田 優子	京 都	鳥羽高校	90	2	47.48	39	42	44	51	54	56	44	7	56	6	100
8	森田 晴美	兵 庫	淡路高校	90	2	47.51	43 ×	43	46 ×	53	56	58 ×	43	9	56	7	99
9	浦 美咲	長 崎	西彼農業高校	91	1	47.91	40 ×	40	43	51	54	57 ×	43	10	54	10	97
10	林 真衣子	兵 庫	香寺高校	90	2	47.25	40	42	43	51 ×	51 ×	51	43	8	51	11	94
	松山 洋香	長 野	松商学園高校	90	2	47.90	52 ×	52 ×	52 ×	63	65	68 ×	—		65	2	—

53Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	井澤 彩乃	埼 玉	埼玉栄高校	90	2	51.95	56	58 ×	58	75	78	80 ×	58	3	78	1	136
2	松本 有加	兵 庫	尼崎工業高校	90	2	50.97	58	60	61 ×	72 ×	72	75	60	1	75	2	135
3	小西 香菜	兵 庫	明石南高校	90	2	50.96	54	56	58	72	74 ×	75 ×	58	2	72	3	130
4	犬飼 菜帆	愛 知	椙山女学園高校	90	2	52.07	55 ×	55	57	70 ×	70	73 ×	57	4	70	4	127
5	福本真莉恵	愛 知	椙山女学園高校	90	2	51.99	51	53	54	65 ×	65	67	54	5	67	7	121
6	渡辺美奈子	岡 山	倉敷工業高校	90	2	50.53	50	52	54 ×	66 ×	66	68	52	6	68	5	120
7	三上 愛理	京 都	鳥羽高校	90	2	52.56	52 ×	52	55 ×	65	68	70 ×	52	7	68	6	120
8	牧野 菜摘	岡 山	倉敷商業高校	90	2	52.22	50 ×	50 ×	50	62	64	66 ×	50	8	64	9	114
9	三浦明日香	岐 阜	土岐商業高校	90	2	50.59	48	51 ×	51 ×	63	65	67 ×	48	9	65	8	113
10	西嶋奈那美	熊 本	県立第一高校	90	2	52.47	47 ×	47 ×	47	62 ×	62 ×	62	47	10	62	10	109

58Kg級

順位	氏名	都道府県名	学校名	生年	学年	体重	スナッチ 1	2	3	クリーン&ジャーク 1	2	3	ベスト S	順	C&J	順	トータル
1	吉野千枝里	埼玉	埼玉栄高校	90	2	56.06	69	71	73 CR	88	91 CR	93 CR	73	1	93	1	166 CR
2	山本 優子	福井	若狭東高校	91	2	56.66	65 ×	65	68 ×	80	83	86 ×	65	2	83	2	148
3	金島 梨恵	京都	鳥羽高校	91	1	57.63	60 ×	60 ×	60	73	76	78 ×	60	6	76	3	136
4	波平 椎奈	沖縄	豊見城高校	90	2	57.08	60	63 ×	63 ×	72	74	76 ×	60	5	74	4	134
5	官野 由佳	福島	福島明成高校	91	2	56.38	55	60 ×	60	70	73 ×	73	60	4	73	6	133
6	谷口 もも	富山	滑川高校	91	1	56.02	57	59	60 ×	70	73	74 ×	59	7	73	5	132
7	松本 潮霞	千葉	松戸国際高校	92	1	57.22	58	60	62	70	73 ×	73 ×	62	3	70	7	132
8	和田 尚子	岐阜	土岐商業高校	91	2	55.56	53 ×	53	55 ×	65	68 ×	70 ×	53	9	65	8	118
	徳永 由依	石川	津幡高校	91	2	57.00	58 ×	58	60 ×	70 ×	70 ×	75 ×	58	8	—		—
	寺岡 礼子	兵庫	明石城西高校	90	2	58.05	—	—	—	—	—	—	—		—		—

63Kg級

1	谷山祐里奈	沖縄	豊見城高校	90	2	62.34	73 ×	73	78 ×	90	95 ×	96	73	1	96	1	169
2	尾﨑 都加	京都	加悦谷高校	91	1	60.20	63	67	70 ×	80 ×	80	83	67	2	83	2	150
3	谷島 茉弥	富山	滑川高校	90	2	60.48	57	60	62 ×	77	80	82	60	6	82	3	142
4	中島 未恵	兵庫	明石城西高校	91	2	62.15	60	63 ×	63	75	78	79	63	5	79	4	142
5	神谷 歩	沖縄	豊見城高校	92	1	58.89	60	63 ×	63	72	77 ×	78	63	4	78	5	141
6	野田 春恵	愛知	愛知工業大学名電高校	91	2	61.88	62	64	66 ×	71	74 ×	74 ×	64	3	71	6	135

69Kg級

7	柳川 夏子	神奈川	大原高校	91	1	61.97	58	60 ×	60 ×	66 ×	66	70 ×	58	7	66	7	124
1	柿沼 沙苗	埼玉	埼玉栄高校	90	2	65.70	70	72	74	88	90 ×	90	74	1	90	1	164
2	瀬戸タ紀子	石川	津幡高校	90	2	65.71	70	72 ×	72 ×	86	90	95 ×	70	2	90	2	160
3	野原 智実	兵庫	松蔭高校	91	1	65.47	63 ×	63 ×	63	82 ×	82	85	63	4	85	3	148
4	白神理華子	岡山	倉敷商業高校	90	2	66.38	63	66 ×	66	78 ×	78	81 ×	66	3	78	4	144
5	髙橋 寛子	岩手	盛岡工業高校	90	2	67.09	60 ×	60	63	75 ×	75	79 ×	63	5	75	5	138

75Kg級

1	仲村 理奈	沖縄	豊見城高校	90	2	74.41	80 CR	84 CR	88 HR	100 ×	100	103 ×	88	1	100	1	188 CR
2	竹本 愛香	兵庫	須磨友が丘高校	90	2	74.10	61	63	64	81	84	86	64	4	86	2	150
3	宮下 皓江	山梨	富士河口湖高校	90	2	71.95	65 ×	65 ×	65	76 ×	76	80	65	3	80	4	145
4	白川 綾子	新潟	新潟西高校	90	2	70.08	61	63 ×	63	80	84 ×	84 ×	63	5	80	3	143
5	入井 麻好	富山	滑川高校	90	2	74.37	58	60	62 ×	74 ×	74 ×	74	60	6	74	5	134
	尾﨑 妹加	京都	加悦谷高校	91	1	69.18	68	72	74 ×	82 ×	82 ×	82 ×	72	2	—		

+75Kg級

1	山田 翔子	埼玉	埼玉栄高校	91	2	78.25	73	77	80 ×	95	98 ×	100 ×	77	1	95	1	172
2	藤田真奈美	兵庫	淡路高校	91	1	80.24	65	67	69	85	89	93 ×	69	2	89	2	158
3	山脊 朱実	群馬	利根実業高校	92	1	84.55	60	62	64 ×	78	80	82	62	4	82	3	144
4	名嘉 美波	沖縄	那覇高校	90	2	93.07	62	64 ×	64	78	80	82 ×	64	3	80	4	144
5	永井 恵理	愛媛	新居浜南高校	91	1	99.70	60 ×	60	62 ×	74	77	81 ×	60	5	77	5	137
	砂川満寿美	沖縄	宮古農林高校	90	2	117.81	58	60	62 ×	74 ×	74 ×	74 ×	60	6	—		

最優秀選手　男子：69Kg級　金城　聖丸　　沖縄県　豊見城高校
　　女子：53Kg級　吉野千枝里　　埼玉県　埼玉栄高校

WEIGHT LIFTING

会報４月号　「リフターの声」

このページを切り取って、ＦＡＸしていただくか郵送してください。

ＦＡＸ番号　日本ウエイト協会　０３－３４８１－２３９４

＊「ウエイトリフティング会報」に関するご意見・ご希望・取り上げてほしい話題・身近な良い話題などどのようなご意見でもお寄せ下さい。、

切り取り線

＊今月号で興味深かった記事をあげて下さい。

「　　」「　　」「　　」

＊取り上げてほしい人（ウエイト部内・部外は問いません）

・人名又は団体名　　・どんなテーマで取り上げてほしいか

「　　」　「　　」

＊これから取り上げてほしいテーマは

「　　」

住所・電話　〒	TEL	ＦＡＸ
氏　名		（　　）歳
職　業		

伊豆奥下田 飲泉・自家源泉かけ流しの宿

観音温泉

強アルカリ(pH9．5)
で超軟水、極上の泉質

大自然の麓で汗を流し、
温泉で疲労回復、飲泉で体内リフレッシュ！

ウェイトリフティング場

大総檜風呂

爽やかな汗をかき極上の湯につかると、筋肉疲労を和らげ、練習効果を高めます。ウェイトリフティングはもちろん、武道、各種スポーツ、エアロビクスなど、さまざまな合宿にご利用いただける充実した体育施設をご用意しております。

武道館

武道館(1階:120畳)
体育館(2階:22m×44m×7m)

体育館

観音温泉 KANNON hot spring

≪ご宿泊≫
人数、メンバー構成に合わせて快適にご利用いただけるよう、個室から合宿用客室までご用意致しております。

フリーダイヤル 0120-01-9994
〒413-0712 静岡県下田市横川1092-1
TEL:0558-28-1234／FAX:0558-28-1235

（社）日本ウエイトリフティング協会賛助会員の募集について

平素より、当協会の各種事業展開に格別の御高配を賜り感謝申し上げます。

２００６年・２００７年の世界選手権大会の総合成績により、北京オリンピック大会の参加出場枠を男女とも３名ずつ獲得することができました。これもひとえに皆様のご支援の賜物と御礼申しあげます。

今後は、代表選手の選考後、万全の体制で本大会に臨めるよう努力する所存であります。

また、恒久的オリンピック選手育成にも、一貫指導システムを充実させ成果をあげたいと思っております。

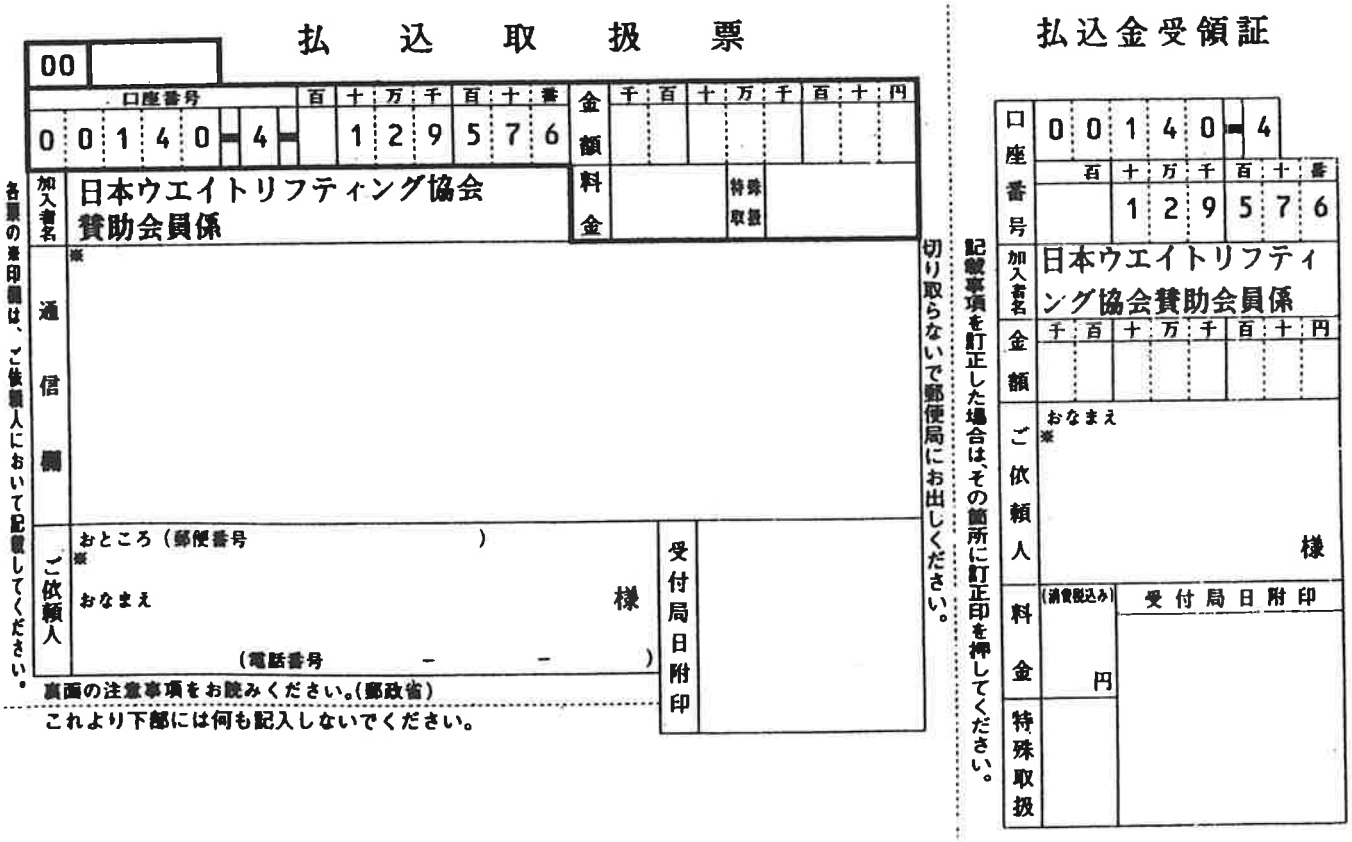
つきましては、選手強化に伴う財源確保のため、定款第５条・第６条・第７条による賛助会員への加入について、下記により格段の御配慮をお願い致します。

平成２０年４月

社団法人　日本ｳｴｲﾄﾘﾌﾃｨﾝｸﾞ協会
会　長　飛　田　秀　一

記

１　賛助会員　定款第５条２号（この法人の事業を援助する個人又は法人）
２　賛助会費　定款第７条２号（１口　１０，０００円、１口以上）
３　入会手続　①郵便振替払込取扱票により、最寄りの郵便局で払い込みますと、自動的に入会手続きとなります。
②直接加入申し込みする場合は、下記までお願いいたします。
〒１５０－８０５０　東京都渋谷区神南１－１－１　岸記念体育館内
（社）日本ウエイトリフティング協会　TEL03-3481-2359



記号説明

新記録

ＷＲ：世界新記録(new World Record)
ＪＷＲ：ジュニア世界新記録(Junior new World Record)
ＡＲ：アジア新記録(new Asian Record)
ＪＡＲ：ジュニアアジア新記録(new Junior Asian Record)
ＮＲ：日本新記録(new japan National Record)
ＪＮＲ：ジュニア日本新記録(Junior new japan National Record)
ＵＲ：大学新記録(new University Record)
ＨＲ：高校新記録(new senior Highschool Record)
ＭＲ：中学新記録(new Middle school Record)
ＣＲ：大会新記録(new Competition Record)

タイ記録

ＷＳ：世界タイ記録(World Record Same)
ＪＷＳ：ジュニア世界タイ記録(Junior World Record Same)
ＡＳ：アジアタイ記録(Asian Record Same)
ＪＡＳ：ジュニアアジアタイ記録(Junior Asian Record Same)
ＮＳ：日本タイ記録(japan National Record Same)
ＪＮＳ：ジュニア日本タイ記録(Junior japan National Record Same)
ＵＳ：大学タイ記録(University Record Same)
ＨＳ：高校タイ記録(senior Highschool Record Same)
ＭＳ：中学タイ記録(Middle school Record Same)
ＣＳ：大会タイ記録(Competition Record Same)

ウエイトリフティング　No.１００

(社) 日本ウエイトリフティング協会会報

発行日　　平成２０年４月
発行者　(社) 日本ウエイトリフティング協会
〒１５０－８０５０　東京都渋谷区神南１－１－１
岸記念体育館内
ＴＥＬ　０３－３４８１－２３５９
ＦＡＸ　０３－３４８１－２３９４
Ｅメール weightlifting@japan-sports.or.jp

編集責任者　専務理事　篠宮　稔　　記　　録　笠原　達夫
編　集　長　松尾　謙資　　副編集長　野呂記代志
関東地区　宮田 秀樹　　関西地区 上田　貢　　九州地区 福田登美男

KOSUKE KITAJIMA Swimming

SHINGO SUETSUGU Track & Field

LUKE DONALD Golf

KOSTELIC Skiing

KOJI MUROFUSHI Track & Field

HIDEKI MATSUI Baseball

KOSEI INOUE Judo

ATSUSHI YANAGISAWA Soccer

AI FUKUHARA Table Tennis

世界のスポーツシーンを創造する、ミズノ

「より良いスポーツ品とスポーツの振興を通じて社会に貢献する」という理念のもと、
グローバルに活動するミズノ。物作りでは、“SOZO STUDIO”という新たな開発コンセプトから、
プレーヤーの能力を最大限に引きだす製品の数々が生み出されています。
頂点を目指すトップアスリートはもちろん、スポーツを愛するすべての人々への製品提供を通して、
ミズノはこれからも世界のスポーツシーンを創造し続けます。

MIZUNO

JOC オフィシャルパートナー

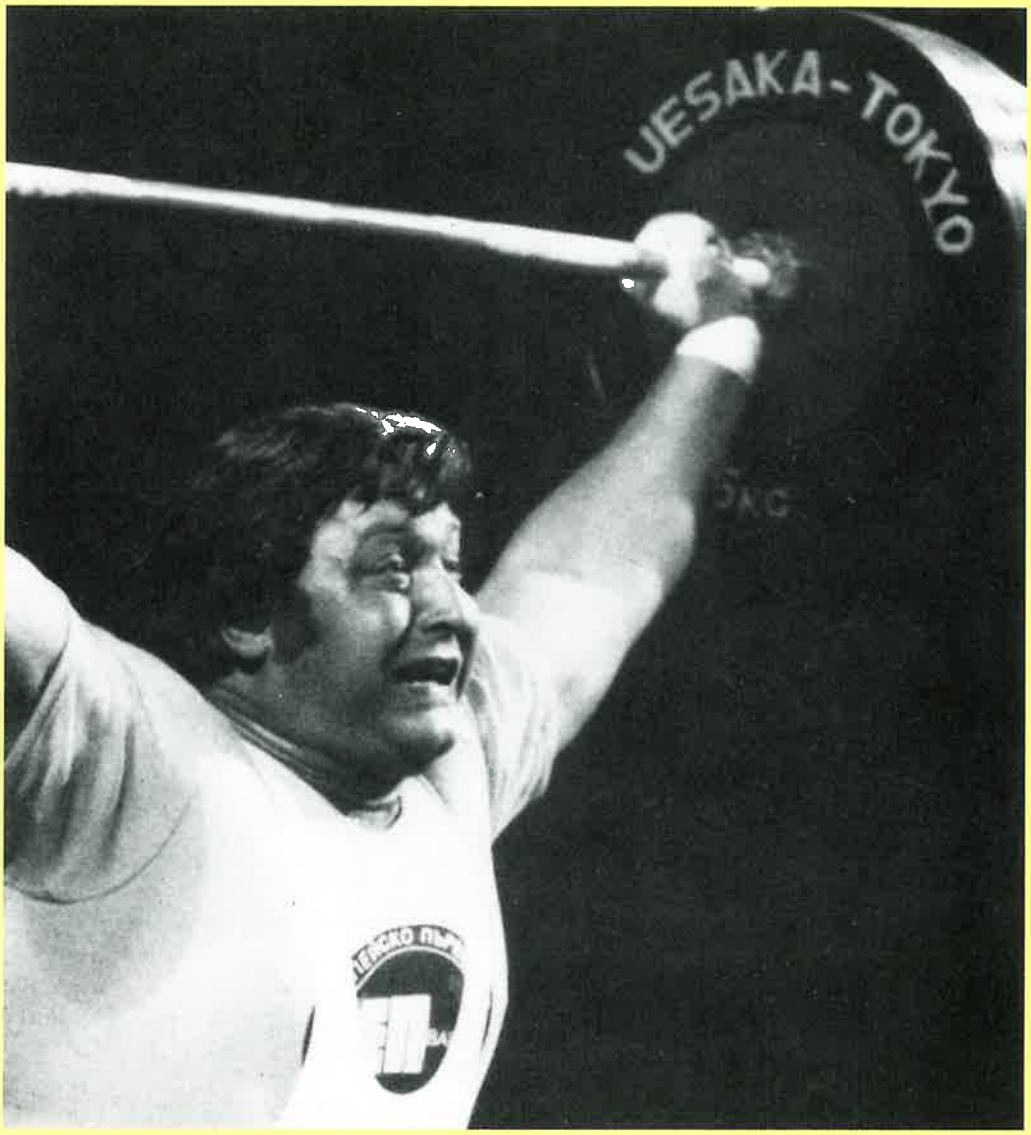
選手強化オフィシャルパートナー

● www.mizuno.co.jp ● 0120-320-799

Major League Baseball trademarks and copyrights are used with permission of Major League Baseball Properties Inc.

UESAKA

OFFICIAL BARBELL



国際ウエイトリフティング連盟認定工場
日本ウエイトリフティング協会公認器具製造販売
日本アマチュアボクシング連盟
日本体操協会器械器具
日本バスケットボール協会施設 } 検定工場
日本バドミントン協会
日本ハンドボール協会
日本陸上競技連盟検定品製作

公認

IWF

認定工場
INTERNATIONAL WEIGHTLIFTING FEDERATION

製造元 DIA® 上坂鉄工所
本社 〒130 東京都墨田区本所4丁目28番8号
電話 (03)3622-8171(代表)

販売元 (株)ウエサカ ティー・イー
代表取締役 鈴木 義夫
〒130 東京都墨田区本所4丁目28番8号
TEL(03)3622-8171 FAX(03)3622-8175
振込銀行 さくら銀行 本所(当)57201