

第11回 緑区ベンチプレス大会

大会スケジュール

受付（検量・コスチュームチェック） 9時30分

開会式 10時30分

競技開始 11時30分

第1グループ ① 試技開始 11時30分

女子57超・男子59・66（16名）

第2グループ ② 前のグループが終了次第直ちに開始

男子74（14名）

第3グループ ③ 前のグループが終了次第直ちに開始

男子83（18名）

第4グループ ④ 前のグループが終了次第直ちに開始

男子93・93超（10名）

※試技の進行状況によって開始時間が異なる場合もあります。