

# 第38回世田谷区ベンチプレス選手権大会 第27回世田谷区パワーリフティング選手権大会

## スケジュール

日程： 平成30年12月16日(日)

会場： 東京農業大学世田谷キャンパス常磐松会館道場3階  
農友会ボディビル・パワーリフティング部練習場

- 8:30 ・ 受付
  - ・ パワーリフティング:検量
  - ・ パワーリフティング、ベンチプレス  
コスチュームチェック
  
- 10:30 ・ パワーリフティング:Aグループ試技開始
  - ・ パワーリフティング:Aグループ、スクワット終了後  
Bグループ試技開始
  
- 12:30 ・ ベンチプレス:検量
  
- 14:30 ・ ベンチプレス:Aグループ試技開始
  - ・ ベンチプレス:Aグループ試技終了後Bグループ試技開始
  
- 16:30 表彰式 パワーリフティング、ベンチプレス
  
- 閉会式
  
- 解散