

=春のパワーリフティング大会=

第55回 北海道パワーリフティング選手権大会

第29回 北海道クラシックパワーリフティング選手権大会

(兼) 国民スポーツ大会パワーリフティング公開競技 第12回北海道代表選考会

全日本高校パワーリフティング選手権大会 第10回北海道予選会

第39回北海道団体戦

開催要項

1. 日 時 2026年 4月25日(土)~26日(日)
検量開始08:15から(予定) 競技開始10:15から(予定)
進行スケジュール:各階級のグループ配置は、申込締切後ホームページに掲載予定
2. 会 場 江別市青年センター 〒067-0002 江別市緑町西2丁目11番地 電話 011-383-1221
3. 主 催 北海道パワーリフティング協会 (2026.4/1一般社団法人へ移行予定)
4. 主 管 北海道パワーリフティング協会実行委員会
5. 後 援 (公社)日本パワーリフティング協会
(公財)北海道スポーツ協会 江別市スポーツ協会 北海道 江別市 (いずれも予定)
6. 競技方法 JPAルールに基づき3種目すべてウッドシステムによるulgア、ノギア個人戦及び団体戦
※申込み後の階級変更はオープン参加とする(記録の取り扱いはJPAルールブックに準じる)
7. 服 装 JPA競技規則の服装規定に準じる(詳細はルールブックを参照)
8. 階 級 a. (パワー・クラシック・国スポ) 男子
59kg級・66kg級・74kg級・83kg級・93kg級・105kg級・120kg級・120kg超級
(パワー・クラシック・国スポ) 女子
47kg級・52kg級・57kg級・63kg級・69kg級・76kg級・84kg級・84kg超級
b. 高校選手権
上記の他に男子53kg級・女子43kg級有
c. 団体戦
2026年度のJPA団体登録選手で1チーム3名以上5名まで
9. 参加資格 1. 「北海道パワーリフティング協会主催大会イベント申込規約」に同意した者
2. 北海道在住で満14歳以上の心身ともに健全なアマチュア選手
3. 過去1年以上北海道に適法滞在している外国籍の選手
4. 2026年度のJPA選手登録(登録費の支払い)を完了している選手
10. 参 加 料 a. 個人戦 パワー、クラシック(兼)国スポ:各10,000円
b. 高校選手権:5,000円
c. 団体戦 :無料
11. 表 彰 a. 個人戦 :失格者を除く全出場選手に賞状をWEB配布(各自DLのこと)
男女それぞれの階級の1~3位にメダル授与(国スポ除く)
b. 高校選手権:a.に同じ
c. 団体戦 :1~3位までメダル(後日郵送)
:1位~6位に賞状をWEB配布(各自DLのこと)
d. 最優秀選手:参加区分(ulgア1名、ノギア1名、高校選手権1名)及び参加区分に応じた年齢別でのIPFポイントの最上位の選手に賞状をWEB配布(各自DLのこと)
12. 申込み方法 シクミネット <https://powerlifting.shikuminet.jp/events/> のみ対応
居住地、練習場所の市町村所在地、公式記録を申告すること(プログラムに記載する)
13. 先着制度
・参加申し込みは120人程度を上限とし(一部2面開催)先着制度で締め切る
・受付完了後に支払いされなかった場合、24時間経過後に自動的に申込みがキャンセル。
・コンビニ・ペイジー決済は、支払い期限が切れた場合、自動的に申込みがキャンセル。
・申し込みを一度キャンセルした場合は正当な事由を除き本大会の参加は認めない
14. 申込期間 2026年3月2日00:00から 3月25日18:00まで(先着制度)
15. 変更事項 本開催要項等に関し、変更が生じる場合は北海道協会HPにて周知する。
16. そのほか
・クラシックに参加する選手は「クラシックのみ」「クラシック+国スポ」「国スポのみ」のいずれかを選択すること
・国スポ公開競技北海道代表選手選考は大会終了後概ね1ヶ月以内に行う
17. 問合わせ先 シクミネット内に記載

北海道パワーリフティング協会主催大会イベント申込規約（以下「本規約」という。）

北海道パワーリフティング協会（以下「当協会」とします）は、北海道におけるパワーリフティング競技の愛好者を育成し、本競技の普及・発展に努めるとともに、会員相互の融和・協力を図ることを目的とした事業として競技会（以下「大会」とします）を開催するにあたり、本規約を定めます。なお、大会の申し込みを行った時点において、本規約に同意したものとします。

はじめに　－重点告知事項－

(ラウンドシステム)

- ・スクワット→ベンチプレス→デッドリフトと一気にローテーションします。

(所属団体代表者)

- ・所属選手への教育・指導・管理を徹底してください。

(申し込み)

- ・1階級15名以上の場合、持ち記録の低い選手は前半のグループに入ります。
- ・Lot番号は公式記録の低い順に付番します。

(欠場報告)

- ・義務化されていますので所定の報告形式で連絡してください。

(領収書)

- ・参加費等の領収書の取り扱いについては、シクミネット「個人メニュー」から発行してください。

(駐車場)

- ・近隣の商業施設への駐車行為は厳禁です。

(検量時)

- ・検量時に第1試技重量、ラック高さなど「参加申込書 兼 記録表」に記載してください。

(コスチュームチェック時)

- ・審判員が素早くチェックできるように工夫してください。
- ・ニースリープは裏返さないでください。
- ・リストラップは伸ばしておいてください。

(重量申告)

- ・試技の申告及び変更は、重量申告カードを使用します。

(滑り止め)

- ・JPA技術委員会通達に従ってください。

(ベビーパウダー類)

- ・床を汚損しないように細心の注意をお願いします。汚損の場合は選手が清掃してください。

(業務妨害)

- ・システム担当などに話しかけるのは禁止行為です。伝達事項はペーパーなどで行ってください。
- ・大会進行時に北海道記録挑戦等の申し出は不要です。

(判定に対して)

- ・本人または、コーチ（セコンド）は、陪審員に、自分自身及び当該リフター（選手）の判定に対して、判定結果（失敗等）の理由を確認することができます。（次のリフターの試技が開始される前）
- ・参考=ルールブックより・・・・明らかにレフリーの判定ミスがあった場合、陪審員とレフリーの協議により、陪審員は再試技を要請または判定を覆すことができる。但し、各セッション担当陪審員の判定が、配置人数3名～5名の人数に関わらず、最低3名の陪審員の判定が一致しており、かつレフリーの判定が、2対1で決定された場合でなければならない。スクワットの高さ（しゃがみの深さ）、デッドリフトの肩や膝のロック、等が「疑わしい」というのは、明らかな判定ミスとはならない。とあります。

(動画配信)

- ・無料で配信予定です。

(表彰賞状)

- ・WEB配布（各自DLしてください）

(北海道記録)

- ・北海道記録認定証は発行されません。
- ・大会賞状には北海道記録との記載はされません。
- ・大会進行時に北海道記録挑戦等の申し出は不要です。後日精査してHPに公開します。

(進行計画)

- ・各種目間のインターバルは機材設置準備時間のみです(S Q→B P→D L)。
- ・各セッション間の休憩時間は、設定する場合があります。
- ・(上記は進行の都合上変更になることがあります。)

(JPA 注意喚起) 2023.03.30掲載追加

大会動画、写真撮影について（注意喚起）2023.03.03HP掲載に準じることとします

以下その内容です

「個人が大会中の動画や写真（以下、動画等）を撮影し、インターネット上で使用する場合は、以下の点に十分ご注意ください。また、JPA配信動画等を無断で二次利用することはお断りしております。

- ・個人が撮影した動画等の使用方法に起因するトラブルの責任については一切負いかねます。
- ・動画等の二次利用に起因するトラブルの責任については一切負いかねます。」

第1条 適用範囲

本規約は、当協会が大会を開催するにあたって全てのサービスの利用条件等を定めるものです。当協会及びJPA（日本パワーリフティング協会）は、利用規約やガイドライン等（以下あわせて「個別規約」とします）を定めた場合、これらも本規約の一部を構成するものとします。本規約の定めと個別規約の定めが異なる場合には、当該個別規約の定めが優先して適用されるものとします。

第2条 免責

- ・当協会及び主管協会は、大会開催中の事故について、いかなる責任も負いません。
- ・当協会及び主管協会は、大会開催中の事故により発生した障害・疾病等について、いかなる責任も負いません。

第3条 アンチ・ドーピングに対する誓約

大会参加者は、以下に掲げる内容を誓約するものとします。

・私はアスリートとして、世界アンチ・ドーピング規程、日本アンチ・ドーピング規程及びJPAのドーピング防止規程を順守し、定められた規則を守りスポーツマンシップとフェアプレイの精神に基づいて競技することを誓います。又、ドーピング検査の対象になった場合、これを拒否せず、検体採取に応じることを誓います。

第4条 申込締切日後の処分

申込締切日後は、以下に掲げるとおり取り扱うものとします。（JPAの規定に準じます）

- ・選手登録費未納及び参加料未納の場合は、参加取りやめとなります。
- ・参加取りやめの場合は、参加費は返却されません。
- ・競技部門、カテゴリー、階級の変更はできません。
- ・大会当日の体重調整の失敗の場合は失格となります。

第5条 大会競技進行諸注意

- ・セッション分け及び受付・検量・競技時間については、ホームページで発表します。
- ・大会当日は必ず運営役員の指示に従って行動してください。指示に従っていただけない場合、退場いただく場合もあります。
- ・炭酸マグネシウムの使用は不可となります。JPA技術委員会推奨の液体滑り止めのみ使用を認めます。

第6条 個人情報など

- ・本大会の申込みにあたって取得した個人情報は、当協会が大会を開催するにあたって全てのサービスに関して利用します。
- ・本大会に参加される選手、関係役員及びスタッフを含めた会場風景や競技中の写真及び動画を、当協会が作成する各種のPR用ポスター、WEB、SNS等に掲載させていただくことがあります。
- ・本大会では内部及び外部メディアによる撮影・収録・取材等が行われる可能性があります。大会中に収録した映像は会場内外の上映用画面、印刷物、テレビ放送、インターネット配信の各種媒体において使用される場合があります。収録は大会の競技に限らず、ウォーミングアップエリアや客席を撮影する場合もあります。

第7条 未成年者の保護者の同意

- ・参加選手が未成年者の場合は保護者の同意を得ることとします。

第8条 登録情報の使用

- ・当協会は、しゅくみねっと株式会社がサービスを提供する会員管理システムより入手した登録情報を、大会を開催するにあたって全てのサービスにおいて使用することができます。

第9条 団体戦の概要

- ・団体戦の概要は次のとおりです。

北海道パワーリフティング選手権大会 第39回 北海道団体戦 実施要領

1チーム3名以上5名までとし、エントリー選手の合計得点で順位を競う

得点表

(各区分・階級)エントリ-数 ※欠場除く・失格者含む	順位					
	1位	2位	3位	4位	5位	6位
6名以上	10点	7点	5点	3点	2点	1点
5名	7点	5点	3点	2点	1点	
4名	5点	3点	2点	1点		
3名	3点	2点	1点			
2名	2点	1点				
1名	1点					

得点計算方法

① 3名以上5名迄を1チームとする

② 団体得点が同じ場合、

I : 1位の多い方を上位とする

II : (6名以上で) 同数の場合参加者の多い方の順位を上位とする (例: 8人中1位 > 7人中1位)

III : 更に同数の場合フォーミュラの合計で比較する

補足1 (国スポのみの参加または高校選手権参加者は団体戦の対象外)

補足2 (北海道以外を登録先とするものはシクミネット第3階層が同じ名称の場合のみ参加できる)

団体戦 歴代優勝チーム

回数	団体名称	回数	団体名称	回数	団体名称
第1回	名寄協会	第16回	滝上町協会	第31回	リアルスイング
第2回	名寄協会	第17回	滝上町協会	第32回	BURST LIMIT
第3回	名寄協会	第18回	十勝協会	第33回	(大会中止)
第4回	名寄協会	第19回	アイアンジム	第34回	リアルスイング
第5回	名寄協会	第20回	十勝協会	第35回	BURST LIMIT(白)
第6回	名寄協会	第21回	アイアンジム	第36回	リアルスイング
第7回	名寄協会	第22回	アイアンジム	第37回	アイアンAチーム
第8回	名寄協会	第23回	アイアンジム	第38回	リアルスイング
第9回	小樽協会	第24回	旭川協会		
第10回	長万部協会	第25回	リアルスイング		
第11回	長万部協会	第26回	北海学園大学		
第12回	釧路協会	第27回	リアルスイング		
第13回	長万部協会	第28回	リアルスイング		
第14回	長万部協会	第29回	アイアンジム		
第15回	小樽協会	第30回	リアルスイング		

2026年 3月 1日

関係者各位

北海道パワーリフティング協会
会長 菅原 一宣

=2026春のパワーリフティング大会=

第55回 北海道パワーリフティング選手権大会

第29回 北海道クラシックパワーリフティング選手権大会

(兼) 国民スポーツ大会パワーリフティング公開競技 第12回北海道代表選考会

全日本高校パワーリフティング選手権大会 第10回北海道予選会

第39回北海道団体戦 御協力のお願い

拝啓 向春の候、皆様におかれましては、益々ご健勝の事とお慶び申し上げます。

さて、御案内の通り、北海道パワーリフティング協会が主催する標記の大会が、4月25、26日両日に江別市青年センターにて開催されます。

つきましては、標記大会の運営協力者を募集いたしますので、何かとご多忙とは存じますが、皆様の御協力をお願い申し上げます。

御協力頂ける志ある方は、お手数ですが下記のフォームに必要事項を入力の上ご連絡いただきたいと存じます。 <https://ws.formzu.net/fgen/S87251619/>

なお、終日ご協力いただける方には謝金をご用意いたします。

北海道協会を構成する皆様の協力無しでは、大会開催そのものが成り立ちません。皆様の共助共援の御心に御期待申し上げます。

敬具



北海道江別市

「2026春のパワーリフティング選手権大会」

第55回 北海道パワーリフティング選手権大会

第29回 北海道クラシックパワーリフティング選手権大会

(兼) 国民スポーツ大会パワーリフティング公開競技 第12回北海道代表選考会
全日本高校パワーリフティング選手権大会 第10回北海道予選会

第39回北海道団体戦



大会日程	主催：北海道パワーリフティング協会
2026年4月25日(土)	主管：HPA実行委員会
2026年4月26日(日)	後援：(公社)日本パワーリフティング協会
大会会場	(公財) 北海道スポーツ協会 江別市スポーツ協会
江別市青年センター体育室	北海道 江別市