

Novice OSAKA タイムスケジュール

8時会場 準備開始

9:30~10:15

レギンス、フィジーク168cm以下、172cm以下 選手受付

10:30~11:15

フィジーク172超、ボディビル 選手受付

9:30 観客入場開始

10:30 開会式 代表挨拶 審査員紹介 20分

10:50 準備 10分

11:00 フィットネスレギンスピックアップ(3グループに分けて行う)

11:20 フィジーク168以下ピックアップ(6グループに分けて行う)

11:55 フィジーク172以下ピックアップ(5グループに分けて行う)

12:30 休憩 5分

12:35 フィジーク172超ピックアップ(7グループに分けて行う)

13:10 ボディビルピックアップ(4グループに分けて行う)

13:30 スポンサー紹介(5分)

各20分

フィジークカテゴリーは35分

13:35 休憩 30分

14:05 畑さん ゲストライブ 10分

14:15 ゲストポーズ 15分

14:30 フィットネスレギンス決勝審査(6人 Lウォーク規定ポーズ)

14:50 フィジーク168以下決勝審査(10人 Lウォーク→規定ポーズ審査)

15:10 フィジーク172以下決勝審査(10人 Lウォーク→規定ポーズ審査)

15:30 休憩(5分)

15:35 フィジーク172超決勝審査(10人 Lウォーク→規定ポーズ審査)

15:55 ボディビル決勝審査(10人 規定ポーズ審査)

16:15 フリーポーズ準備 20分(協賛企業様紹介)

16:35 ボディビル決勝審査(フリーポーズ)

各20分ずつ

16:55 表彰式準備 10分(ノベルティ紹介)

17:05 フィットネスレギンスポーズダウン(6位→1位発表 優勝者インタビュー)

17:15 フィジーク168以下ポーズダウン(10位→1位発表 優勝者インタビュー)

17:25 フィジーク172以下ポーズダウン(10位→1位発表 優勝者インタビュー)

17:35 フィジーク172超ポーズダウン(10位→1位発表 優勝者インタビュー)

各10分ずつ

17:45 オーバーオール準備 10分

17:55 フィジークオーバーオール審査→表彰 20分

18:15 ボディビルポーズダウン(10位→1位発表 優勝者インタビュー)

18:25 閉会式 15分

18:40 撤収作業(21時完全撤収)