

# ★リフティング競争計画（案）

10 : 10

全チームの選手召集完了・移動（地域）

○1組 3チーム 約60名 → 16組

北那須	7	塩南	6	上都賀	5
芳賀	5	下都賀	10	両毛	5

宇河 10  
計 48チーム

(組) (参加地区)

①	上都賀	芳賀	賀	両毛	毛
②	上都賀	芳賀	賀	両毛	毛
③	上都賀	芳賀	賀	両毛	毛
④	上都賀	芳賀	賀	両毛	毛
⑤	上都賀	芳賀	賀	両毛	毛
⑥	宇河	下都賀	賀	塩南	南
⑦	宇河	下都賀	賀	塩南	南
⑧	宇河	下都賀	賀	塩南	南
⑨	宇河	下都賀	賀	塩南	南
⑩	宇河	下都賀	賀	北那須	須
⑪	宇河	下都賀	賀	北那須	須
⑫	宇河	下都賀	賀	北那須	須
⑬	宇河	下都賀	賀	北那須	須
⑭	宇河	下都賀	賀	北那須	須
⑮	宇河	北那須	賀	塩南	南
⑯	北那須	下都賀	賀	塩南	南

10 : 20

ルール説明（審判委員長）

- ・ 出発は、バックスタンド側
- ・ 制限時間は3分（上位5名が決まったら終了合図）
- ・ 手以外は使用可
- ・ 競技場の縦（約70M）を片道リフティング
- ・ 落としたらスタートに戻りやり直し
- ・ 各組上位5名に賞品→本部前へ（判断に迷う場合は、多くなってもよい）
- ・ 終わったらそのまま退場

10 : 25

リフティング競争

- 出発準備 → 技術（秋葉が準備完了の合図をする）
- 出発・計時 → 審判委員長
- 判定 → 技術委員会、手が空いている県役員全員
- ※ 審判委員長に申請し、審判委員長裁量で判定
- 賞品授与 → 会長、副会長

11 : 20

陸上競技場内イベント終了

## 選手の配置

