

第3回 あさひ筋肉(マッスル)フェスティバル

【開催要項】

- 大会趣旨 市民の健康意識を高めるため、誰でも気軽に参加できるボディメイクコンテストを開催します。極度に絞った体よりは、健康的な筋肉美を評価するイベントとします。
- 日時 令和8年11月29日（日） 大会開始時刻 10時30分～
- 会場 おひさまテラス
千葉県旭市イの4337番地1 イオンタウン旭2階
ＪＲ総武本線「旭駅」より徒歩15分・イオンタウン旭駐車場472台（無料）
- 共催 旭市・イオンタウン株式会社
- 募集カテゴリー

カテゴリー		性別	定員	審査方法	審査基準
1	オープンクラス	男性	20	メンズフィジーク (規定ポーズ 4)	筋肉量・バランス・絞りを総合評価 (筋肉量が多い方はこちらのカテゴリーをエントリーしてください) ◎旭市民特別賞有
2	オープンクラス	女性	20	ビギナーズ・フィットネス (レギンス) (規定ポーズ 4)	筋肉量・バランス・絞りを総合評価 ◎旭市民特別賞有
3	(新)健康美クラス※1	男性	20	メンズフィジーク (規定ポーズ 2)	過度な筋肉や減量を求めず、バランスの良く引き締まった「健康的な体」を評価 ◎旭市民特別賞有
4	(新)健康美クラス※1	女性	20	ビギナーズ・フィットネス (レギンス) (規定ポーズ 2)	過度な筋肉や減量を求めず、バランスの良く引き締まった「健康的な体」を評価 ◎旭市民特別賞有
5	団体戦	不問	5組	※2	ステージ上のパフォーマンスを審査

※1. 健康的な体を評価します。男女ともに筋肉量が多すぎる方は評価の対象とはなりません。初めてステージに立つ方や、体を変えるきっかけにしたい方におすすめのカテゴリーです。

※2. 1チーム5名まで参加可能。友人や家族、同僚など仲間と一緒にステージに立ち、1分間自由にパフォーマンスを披露してください。参加者の氏名・チーム名は令和8年10月30日（金）までに、Eメールにて事務局まで報告してください。
なお、家族で参加されたチームは、広報スタッフが撮った写真をデータでプレゼントします。
(報告先) seisaku@city.asahi.lg.jp

- 審査方法 JBBF選手権大会実施規定による審査に準じますが、ステージ未経験者や初心者に参加しやすいよう、一部ローカルルールを適用します。

■カテゴリー1～4【個別審査】

フリーポーズを4種類とります。1ポーズ10秒程度。
ポーズチェンジは司会またはスタッフが指示をします。
選手入場から退場まで60秒以内を目安とします。

■カテゴリー1・2【集団審査】

全員でステージに上がり、規定ポーズを4種類とります。
ポーズチェンジ及びステージ上の配置換えは審査員が指示をします。
規定ポーズはスタッフがフリップを出し補助します。

■カテゴリー3・4【集団審査】

全員でステージに上がり、規定ポーズを2種類（フロント・バック）とります。
ポーズチェンジ及びステージ上の配置換えは審査員が指示をします。
規定ポーズはスタッフがフリップを出し補助します。

■カテゴリー5【団体戦】

試技は60秒以内で、1ステージのみとし、規定ポーズは必要としません。

■順位付

各カテゴリーごとに全員でステージに上がり、入賞者のみ名前を読み上げる。
なお順位が付くのは入賞者のみとし、個別の成績は公表しません。

●参加資格 【カテゴリー1～4】

高校生以上で、住所やコンテストの受賞歴は問わない。

【カテゴリー5】

年齢・住所・コンテストの受賞歴を問わず出場可能。

●参加費 全カテゴリー 各2,000円

参加費の返金は致しません。

参加費はイベント管理サイト「Peatix」を通じて入金します。

なお、入金後の返金はできませんのでご了承ください。

●申込方法 旭市ホームページ内の申し込みサイトからエントリーしてください。

<https://www.city.asahi.lg.jp/site/a/43625.html>

二次元コードはこちらから



本大会申込にあたって取得した個人情報は、大会関係業務以外では使用しません。

なお、本開催要項を遵守することに同意したうえで、大会に申し込みください。

●申込締切 令和8年10月26日（月）

●当日スケジュール

8：30～ 受付開始（イオンタウン2階 おひさまテラス内）

9：00～ 大会内容を説明

10：00まで コスチュームチェック

10：30～ 開会式・競技開始

以降、各カテゴリー規定ポーズ（1人ずつステージで披露）

全カテゴリー規定ポーズ終了後、順位付け表彰式（カテゴリー毎全員ステージへ）

なお、詳細なスケジュールは、後日HPとInstagramに掲載します。

●特記事項 【オープンクラス】

- ・男女ともメンズフィジーク、ビギナーズ・フィットネスの規定による審査を適用しますが、筋肉量が多い方は更に加点の対象とします。

【健康美クラス】

- ・男女ともメンズフィジーク、ビギナーズ・フィットネスの規定による審査を適用しますが、筋肉量が多い方は審査の対象外とします。

●コスチューム

J B B F 大会実施規定に準じますが、ローカルルールを一部適用します。

・メンズフィジーク

J B B F 教示規定に定められたボードショーツを基本としますが、海水パンツや、トレーニングパンツも可とします。

・ビギナーズ・フィットネス

トップスはブラトップでホルダーネック・Yバックなど背中がしっかり見える形。ボトムスはロング又はレギンス、足元は素足とする。以上が千葉県フィットネスオープン大会時の規定ですが、上半身はタンクトップも可とします。

アクセサリーは華美なものではなければ可。

・健康美クラス（男性）

上半身は裸。下半身は公序良俗に反しなければ、衣装の指定はありません。

・健康美クラス（女性）

上半身はタンクトップ、もしくはノースリーブシャツ。下半身は公序良俗に反しなければ、衣装の指定はありません。

・団体戦

公序良俗に反しなければ、衣装の指定はありません。

●カラーリング

カラーリングは使用不可とし、使用者は失格とします。大会当日は日焼けのみとしますが、肌の色については審査の対象外とします。

●使用曲目 音源については館内有線放送を使用します。

●審査員 主催者側で選任した有識者にて審査します。

●表彰 定員20名のカテゴリー入賞者は上限を6名とし、団体戦入賞者の上限は3名とします。なお詳細な入賞者数は、参加者数確定後に決定します。 全カテゴリーの中から最もポージングの評価の高かった男女それぞれ1名に「ベストポージング賞」を表彰します。

●共通注意事項

会場内のルールを守り、館内利用者に注意してください。

ゴミは各自持ち帰ってください。

会場内の音源をそのままSNSにあげてしまうと問題が生じる場合があるので、SNSにあげる際は音源を消して対応してください。

本大会に参加される選手やスタッフ、関係者、観戦者等を含めた会場風景や競技中の映像及び画像は、各種媒体に掲載する場合があります。

●選手注意事項

競技開始前に必ずコスチュームチェックを受けること。

刺青及びタトゥーについては、服で隠せる部分のみ可とし、露出する場合はテープ等で完全に隠すこと。なお、係員の指示に従わない場合は失格とします。

競技ルールもしくは係員に従わない場合は、失格または減点とします。

コスチュームで覆うべき部分が露出してしまった選手は、担当係員がポーズを中止させ、失格または減点とします。

●観戦者注意事項

観戦者の入場は無料です。

控室や舞台裏など選手専用スペースは立入禁止です。

審査員席より前に出での撮影は禁止です。

選手に迷惑をかけるような行為や撮影は禁止です。

他のお客様に迷惑をかけるような行為や撮影も禁止です。

声援は遠慮せず、愛とユーモアのあるものをお願いします。

以上が守られない場合は、退場をお願いすることもあります。

●大会問い合わせ先

旭市CCDプロジェクト推進チーム事務局（旭市役所企画政策課政策推進班内）

E-mail : seisaku@city.asahi.lg.jp

メールでの問い合わせは11月27日（金）12時までとさせていただきます。

当日緊急連絡先：おひさまテラス TEL:0479-85-5216

【注意】会場への連絡は、当日欠席する場合のみとし、大会関係の問い合わせは一切受け付けません。

●旭市CCDプロジェクトとは

世界的なヘルスケア企業であるノボ ノルディスク ファーマ株式会社と千葉大学医学部附属病院と旭市が協定を締結し、糖尿病患者の発症抑制と重症化予防のための活動及び共同研究を進めるプロジェクトで、「住んでるだけで健康になれるまち」を目指した活動をしています。

後日大会の写真を旭市CCDプロジェクトのInstagramアカウントに掲載する予定です。よろしければフォローをお願いします。

