

## 2019年度愛知県協会強化練習計画書

練習時間【9:30～12:30】

月 日	場 所 & 大会など	種目 & 大会会場	連絡先
4月14日	刈谷市体育館	SQ、BP、DL 各自選択	TEL080-3430-4765 浅野
4月21日	愛知県高校パワーリフティング大会	岡崎城西高校	
4月28日	蒲郡TC	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-5631-7369 伊藤
5月5日	刈谷市体育館	SQ、BP、DL 各自選択	TEL080-3430-4765 浅野
5月12日	東海パワーリフティング大会	三重県	
<del>5月19日</del>	<del>ちからこぶ</del>	<del>SQ、BP、DL 各自選択</del>	<del>TEL090-3578-5621 福田</del>
5月26日	中部学生パワーリフティング大会	名城大学	
6月2日	東海ベンチプレス大会	静岡県	
6月9日	刈谷市体育館	SQ、BP、DL 各自選択	TEL080-3430-4765 浅野
6月16日	東海高校・愛知県新人パワーリフティング大会	岡崎城西高校	
6月23日	パワーフィットネス	SQ、BP、DL 各自選択	TEL0532-63-6955 川辺
7月7日	蒲郡TC	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-5631-7369 伊藤
7月21日	パワーフィットネス	SQ、BP、DL 各自選択	TEL0532-63-6955 川辺
8月3日～4日	強化合宿 蒲郡TC 蒲郡荘(宿泊)	BP、SQorDL各自選択	TEL090-5631-7369 伊藤
8月18日	パワーフィットネス	SQ、BP、DL 各自選択	TEL0532-63-6955 川辺
9月1日	蒲郡TC	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-5631-7369 伊藤
9月8日	ちからこぶ	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-3578-5621 福田
9月15日	ジャパクラシックマスターズパワーリフティング大会	岐阜県	
9月22日	茨城国体公開競技パワーリフティング	福井県	
9月29日	パワーライン	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-3552-5583 星野
10月6日	ちからこぶ	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-3578-5621 福田
10月13日	愛知県ベンチプレス・名古屋市オープンベンチ大会	岡崎城西高校	
10月20日	プッシュプル・ファイト大会	岡崎市城南学区子どもの家体育館	
10月27日	パワーライン	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-3552-5583 星野
11月3日	パワーライン	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-3552-5583 星野
11月10日	ちからこぶ	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-3578-5621 福田
11月24日	愛知県・愛知県高校秋季パワーリフティング大会	岡崎城西高校	
2020年2月2日	蒲郡TC	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-5631-7369 伊藤
2月16日	パワーフィットネス	SQ、BP、DL 各自選択	TEL0532-63-6955 川辺
3月8日	ジャパクラシックパワーリフティング大会	岡崎総合公園第1練成道場	
3月15日	パワーライン	SQ、BP、DL 各自選択	TEL090-3552-5583 星野
3月22日	常務会	蒲郡市民会館談話室	
3月29日	常任理事会／全体理事会	蒲郡市民会館東会議室	