



# クリスマス ベンチプレス大会



## ●開催日程

12月26日

第1部 15:00~16:00

第2部 19:00~20:00

## ●参加費

会員：100円 ビジター：300円

力に自信のある方も自信のない方もお気軽にご参加ください！

## カテゴリー・賞金

メンズエリート部門  
(パワーに自信がある人)

メンズビギナー部門  
(トレーニング初心者)

レディース部門  
(女性全般)

1位 2000円  
2位 500円  
ラッキーセブン賞 500円

1位 1000円  
2位 500円  
ラッキーセブン賞 500円

1位 2000円  
2位 500円  
ラッキーセブン賞 500円

