



JKA 日本ケトルベル協会主催

2021 関西ケトルベルシリーズ第1戦 サマーナイト RECON カップ 要項

日 時 令和3年6月26日(土) 検量 17:30

会 場 〒672-8071 兵庫県姫路市飾磨区構4丁目127 TEL079-280-2085 RECON GYM

資 格 ケトルベルトレーニングをしている方。

種 目 1. ケトルベル・リフティング KL 5分(スプリント) 10分(クラシック)
途中でおいたり、手を切り替えることが自由のルール
(スナッチ、シングルもしくはダブルジャーク、ケトルアスロン、ロングサイクル)

2. ケトルベル・スポーツ GS 途中での切り替えが左右一回のみ、置いたら終了。
ロシア発祥の厳格ルール。手袋等使用不可、サポーターも不可。

階級 男子58・63・68・73・78・85・95・105・105kg 超級
女子47・53・58・63・68・68kg 超級

ケトルベル重量

男子 12 16 20 24 28 32 36 40

男子20kgまでB級戦 24kg 28kg A級戦 32kg以上S級戦

女子 8 10 12 14 16 18 20 22 24

女子12kgまでA・B級戦 16kg以上S級戦

競技はKLは5分と10分間、GSは10分間、何キロのケトルベルで何回できるかを争います。
その結果ポイントが付与されます。詳細は後ろのページをご覧ください。

費 用 費用3000円

申込方法 インターネット受付

<https://my.formman.com/form/pc/ysQ4FGd6lSKusXKM/>

大会事務局 〒6638001 兵庫県西宮市田近野町7-4-1108
日本ケトルベル協会 大会事務局 塩田宗廣
090-1907-7139

締 切 令和3年6月23日(水)必着

表 彰 GS・KLそれぞれのクラス別に賞状を授与します。

ルールは別途資料をご覧ください。