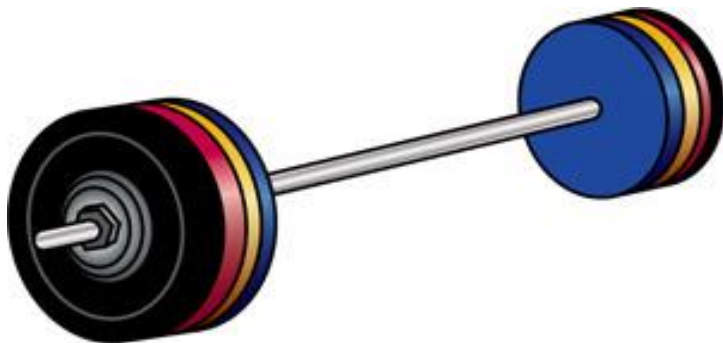


# パワーリフティング部



部員数（令和2年4月1日現在）	3年生:5名、2年生:3名
活動状況	月・水・金曜日 16:00~19:00
練習場所	トレーニングルーム

## ■ 練習内容

大会種目であるベンチプレス・スクワット・デッドリフトを中心にウエイトトレーニングを行う。

## ■ メッセージ

①全国大会出場の可能性が高い。 ②高校から始めやすいスポーツである（全員未経験者） ③運動神経やセンスは一切必要ない。

## ■ 大会結果

### ■ 大会名 第14回 青森県パワーリフティング選手権大会

期日 令和元年10月27日

会場 東奥義塾高等学校 トレーニングルーム

○女子

52kg級 **第1位** 小笠原選手 合計: 135kg **※全国大会出場権獲得**

57kg級 **第1位** 今選手 合計: 182.5kg **※全国大会出場権獲得**

○男子

59kg級 **第1位** 元山選手 合計: 240kg

66kg級 第3位 鳴海選手 合計: 280kg

第4位 工藤選手 合計: 255kg

74kg級 第3位 三橋選手 合計: 235kg

93kg級 **第1位** 木村選手 合計: 270kg