

## <東京ボディビル・フィットネス連盟講習会のご案内。>

### \*2022年2月27日(日)\* 場所：北区赤羽文化センター

#### ・9:30~12:00 審査集計委員講習会

(審査集計委員の資格取得の為の講習会)

#### ・13:00~15:30 審査員レベルアップ勉強会

(審査員資格取得者・取得予定者・集計委員の方向け  
競技別審査ポイント・集計についてなど解説と意見交換  
を行います。日頃の疑問など解消しましょう。)

### \*2022年4月9日(土)\* 場所：北区赤羽会館

#### 競技ルールポージング講習会&メイクアップ講習会

競技初心者から経験者まで、各カテゴリーで評価されるポージングを紹介・  
東京連盟所属トップ選手によるプチ練習会を開催します。

#### ・10:00~12:00 男子部門講習会

<カテゴリー>

(ボディビル・クラシックフィジーク・メンズフィジーク)

#### ・13:00~15:00 女子部門講習会

<カテゴリー>

(女子フィジーク・ボディフィットネス・ビキニフィットネス・  
フィットモデル・東京ノービス女子ビギナー)

#### ・15:10~16:30 メイクアップ講習会

(専門家によるステージメイク講習会。自分がより映えるステ  
ージメイクを学びましょう。)

\*当日は、コスチューム試着会・サンダル試し履き・同時開催予定です。

各講習会の詳細・申込方法は、後日東京連盟ホームページ&SNSに  
て告知しますのでご確認下さい。

東京ボディビル・フィットネス連盟