



参加費無料

ボディメイクカップ

イベントイメージ

健康の為にジムやパーソナルトレーニングに通う方が増えた近年
フィットネスコンテストはハードルが高いと感じていた方へ
もっと気軽にステージを楽しんで欲しい！！という思いから

「参加費無料ボディメイクカップ」を開催することが決定いたしました！

●こんな方にお勧め！

- ・ボディメイクを始めたばかりの方
- ・健康目的でトレーニングを続けていた方
- ・夏に向けてダイエットをしたい方
- ・トレーニングはしていた、学生の頃スポーツで鍛えていたけれど
フィットネスコンテストはハードルが高いと感じている方

簡単にお伝えすると「大会出場を目指す手前の方向け！」のイベント
多くの準備や費用はかからず興味がある方におすすめ ✨

●こんな大会！

- ・難しいポーズは不要！指定のポーズはなくアピールしたいポーズでOK！
- ・カラーリングは不要！
- ・部門ごとの衣装であれば自由！指定のものを購入する必要は無し
- ・順位はつかないので気軽に参加できる！
- ・「イベント」となり通常の競技ルールとは異なる為、選手登録は不要となります

●イベント部門

・男性（筋肉量イメージ順）

デニムパンツ部門（タンクトップ、デニムパンツ）

サーフパンツ部門

男子水着部門（ブリーフまたはボクサータイプの水着や下着）

フィジーク部門

・女性

スポーツウェア部門

（タンクトップやスポーツブラ、レギンス、スニーカー）

ドレス部門（丈の長さやデザイン問わず、ヒール）

ビキニ水着部門（上下分かれている水着、ヒール）

モノキニ水着部門（ワンピースタイプの水着、ヒール）

40歳～の方は上記+40歳～のステージも用意しております！

●イベント部門

・男性（筋肉量イメージ順）

(1)デニムパンツ部門

タンクトップ、デニムパンツ着用



(2)サーフパンツ部門

サーフパンツ着用



(3)男子水着部門

ブリーフまたはボクサータイプの水着や下着



(4)フィジーク部門

サーフパンツ着用



●イベント部門

・女性

(1) スポーツウェア部門

タンクトップ
またはスポーツブラ
レギンス
スニーカー着用



(3) ビキニ水着部門

上下分かれているタイプの水着
ヒール着用



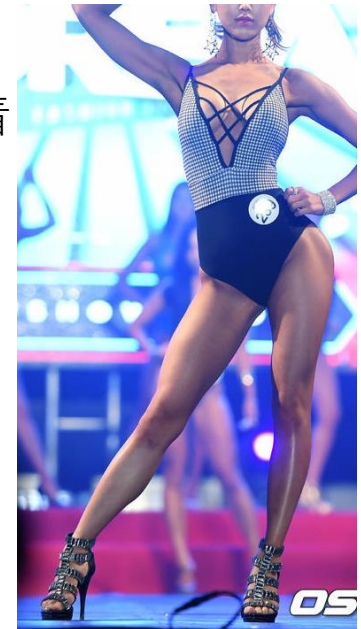
(2) ドレス部門

ミニ丈またはロング丈のドレス
ヒール着用



(4) モノキニ水着部門

ワンピースタイプの水着
ヒール着用



●ポージングやステージについて

通常サマースタイルアワードが行っているような

ポージングスキルは一切求めません ✨

皆様がこの夏、目標としているスタイルを準備いただきます！

各部門ごとに入場後、MCのアナウンスに合わせ①正面⇒②後ろを向いた状態でそれぞれポーズを行っていただきます。

その後、ゼッケン番号を呼ばれた方は誘導された位置へ⇒再びMCのアナウンスに合わせ①正面⇒②後ろを向いた状態でそれぞれポーズを行います。

難しいポーズやパフォーマンスは不要ですのでご安心ください。

舞台の流れについても、舞台上の誘導スタッフがおりますので指示に従い移動いただければ問題ございません。

※あくまで現状の予定となりますので日程が近づき、参加人数により多少構成が変更となる場合もございます。

確定しましたら皆様へメールにてご案内致します。

近年、大変嬉しいことに大会参加者のレベルが上がっている反面
ハードルが高く感じている方へも多く耳にします。

そこで、SSAでは**原点**にもどりフィットネスの楽しさを
ステージで体感していただきたい思いから開催することを決定致しました。

過度なポージングやダイエット・規定衣装の用意などは不要な

「参加費無料ボディメイクカップ」

是非みなさまのご参加をお待ちしております ✨

イベントご参加後、「SSAの大会に挑戦したいな」と感じた方は次のステップとして
2025年新人類への挑戦を心よりお待ちしております！

※「新人類とは」SSAが開催するフィットネスコンテスト未経験者限定の大会
ボディメイクカップは大会ではなくイベント感覚でご参加いただく為、エントリー可能としております

[> お問い合わせ | サマー・スタイル・アワード <](#)