



# 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  
「ボディメイクカップ」の開催が決定 ✨

# ボディメイクカップとは？

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

## ●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(非公式戦)とは異なる為、選手登録は不要となります

# 参加すると嬉しい特典も！

- 参加賞として参加選手はゼッケン提示で当日の大会観戦ができる！
- 全選手を写真撮影！後日販売サイトより好きな写真のみチョイスしお買い求めいただけます。(舞台上・舞台裏でのピン写真を“無料”撮影します)
- トップ選手がゲストポージャーとしてステージパフォーマンス！
- SSA認定ポージング講師がブースでワンポイントアドバイス！
- 特別賞として様々な賞をご用意 ✨  
身体・パフォーマンススキル問わず全参加者に可能性があります！  
※詳しくは次のページよりチェックを

# 特別賞ご紹介

- **ベストボディ賞**

最もバランスが取れたいい身体の方

- **ベストパフォーマンス賞**

パフォーマンスで輝いていた・目を引く方

- **ベストスマイル賞**

笑顔が輝いていた方

- **オーディエンス賞** {ご友人・家族・トレーナーみんなでステージ受賞記念撮影 ✨}

応援投票で最も応援が多い方

- **ベストドレッサー賞** ドレス部門対象

ドレスが似合い舞台上で輝いていた方

- **ベストジーニスト賞** デニムパンツ部門対象

デニムパンツが似合うおしゃれでいい身体の方

# イベント種目

## 男性種目(筋肉量イメージ順)

- デニムパンツ部門

衣装:タンクトップ、デニムパンツ

- サーフフィジーク部門

衣装:サーフパンツ

- 男子水着部門

衣装:ブリーフまたはボクサータイプの水着や下着

## 女性種目

- スポーツウェア部門

衣装:タンクトップやスポーツブラ、レギンスパンツ、スニーカー

- ドレス部門

衣装:ドレス(デザイン指定なし丈の長さ問わず好きなもの)、ヒール

- 女子水着部門

衣装:水着(デザイン指定なし2ピース・モノキニタイプ好きなもの)、ヒール

## クラス分けについて

- オープンクラス

◦+40歳～ ※7/26関東のみ開催(6/8関西での開催はございません)

複数部門の参加やオープンクラス+40歳～クラスの参加も大歓迎🌟

# 男子種目紹介

## ●デニムパンツ部門

タンクトップ、デニムパンツ着用



## ●サーフフィジーク部門

サーフパンツ着用



## ●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



複数部門の参加OK ✨

# 女子種目紹介

## ●スポーツウェア部門

タンクトップやスポーツブラ、レギンスパンツ  
スニーカー着用



## ●ドレス部門

ミニ～ロング丈ドレス(デザインカラー自由)  
ヒールまたはパンプス着用



## ●女子水着部門

水着(デザイン指定なし2ピースやモノキニタイプなどお好きなもの)  
ヒール着用



複数部門の参加OK ✨

# ポージングやステージ構成について

公式戦で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！

1. 各部門ごと1名ずつステージ真ん中でお好きな【ポーズ(1ポーズ)】
2. 全参加者が入場後、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お好きなポーズを行っていただきます。
3. ゼッケン番号を呼ばれた方は誘導された位置へ
4. 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。  
確定しましたらイベント当日～1週間前後の期間に皆様へメールにてご案内致します。



# さいごに

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**にもどりこの気軽なイベントを通じ  
**フィットネス・ボディメイクの楽しさ**をより多くの皆様へ感じていただけると幸いです。

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

## 「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  
公式戦(新人類大会やルーキーチャレンジカップ)への挑戦を心よりお待ちしております。

※「新人類とは」毎年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

[👉 お問い合わせはお気軽にこちらより 👉](#)