

2026.10.12 JAPAN OPEN 2026 TIME TABLE

9:40	選手集合／受付／測定／選手ミーティング
11:30	開場／Open／ジャッジミーティング
12:00	アタックPV／開会宣言／ジャッジ紹介
12:05	ファミリーフィジーク キッズフィジーク メンズフィジーク ティーン（15歳～17歳） メンズフィジーク ジュニア（17歳～20歳） メンズフィットネスモデル オープン ウィメンズアスリートモデル マスターズ（40歳以上） ウィメンズアスリートモデル オープン メンズアスリートモデル オープン
12:40	ビキニ ファーストチャレンジ メンズフィジーク ファーストチャレンジA（170cm未満） メンズフィジーク ファーストチャレンジB（170cm以上175cm未満） メンズフィジーク ファーストチャレンジC（175cm以上）
13:30	小休憩／Short Break
13:40	クラシックフィジーク ビギナー ビキニモデル ビギナー ビキニ ビギナー ボディビルディング ビギナー
14:10	メンズフィジーク ビギナーA（173cm未満） メンズフィジーク ビギナーB（173cm以上） メンズフィジーク ローカル
14:40	休憩／Break
15:20	メンズフィジーク Early 20s（20～24歳） メンズフィジーク Late 20s（25～29歳） モノキニワンピース マスターズ（40歳以上） ビキニ マスターズ（40歳以上） ビキニ マスターズ（45歳以上） メンズフィジーク マスターズ（40歳以上） メンズフィジーク マスターズ（45歳以上） メンズフィジーク マスターズ（50歳以上） メンズフィジーク マスターズ（60歳以上） ボディビルディング マスターズ（40歳以上） メンズフィジーク リベンジ メンズフィジーク プラス
15:50	小休憩／Short Break
16:00	ウィメンズスポーツモデル オープン ビキニモデル オープン メンズスポーツモデル オープン クラシックスタイリッシュモデル オープン クラシックフィジーク オープン ドレス オープン フィギュア オープン ビキニ オープン ボディビルディング オープン - ライトウェイト（75kg未満）
16:30	メンズフィジーク リーンA（170cm未満） メンズフィジーク リーンB（170cm以上） メンズフィジーク オープンA（174cm未満） メンズフィジーク オープンB（174cm以上）
16:55	休憩／Break
17:20	表彰式 オーバーオール - メンズフィジーク リーン オーバーオール - メンズフィジーク オープン
18:30	閉会／Close