

ポイントテーブル(女性) POINT TABLE (WOMEN)

体重 44 kg M2(50~59歳)

ポイント	6					8					10					12					14					16					18					20					22					24													
	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC									
30	59	88	44	44	26																																																						
100	169	308	154	154	77	77	132	66	66	33	48	79	40	40	20																																												
200	257	484	242	242	143	143	264	132	132	66	101	185	92	92	46	73	132	66	66	33	53	110	55	55	28																																		
300	345	660	330	330	165	165	209	396	396	198	99	164	290	145	145	73	117	220	110	110	55	106	198	99	99	50	72	132	66	66	33	56	109	51	51	26					40	40	20																
400					275	275	528	528	264	132	207	396	198	198	99	161	308	154	154	77	150	286	143	143	72	105	198	198	99	50	86	161	81	81	40	70	132	66	66	33	58	108	54	54	27					88	44	44	22						
500											260	502	251	251	125	205	396	198	198	99	194	374	187	187	83	138	264	264	132	66	115	220	110	110	55	97	185	92	92	46	82	156	78	78	39	70	132	66	66	33									

体重 48 kg M2(50~59歳)

ポイント	6					8					10					12					14					16					18					20					22					24													
	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC									
30	64	96	48	48	28																																																						
100	194	336	168	168	84	84	144	72	72	36	53	96	43	43	22																																												
200	280	528	264	264	132	132	156	288	144	144	72	110	202	101	101	50	90	144	72	72	36	58	120	60	60	30																																	
300	376	720	360	360	180	180	228	432	432	216	108	168	317	158	158	79	128	240	120	120	60	116	216	108	108	54	78	144	72	72	36	61	112	56	56	28					86	43	43	22															
400					300	300	576	576	288	144	226	432	216	216	108	176	336	168	168	84	164	312	156	156	78	114	216	216	108	54	93	176	88	88	44	77	144	72	72	36	63	118	59	59	29	52	96	48	48	24									
500											283	547	274	274	137	224	432	216	216	108	212	408	204	204	90	150	288	288	144	72	125	240	120	120	60	106	202	101	101	50	89	170	85	85	43	76	144	72	72	36									

体重 53 kg M2(50~59歳)

ポイント	6					8					10					12					14					16					18					20					22					24													
	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC									
30	71	106	53	53	31																																																						
100	203	371	186	186	93	93	159	80	80	40	58	95	48	48	24																																												
200	309	563	292	292	146	146	172	318	159	159	80	122	223	111	111	56	88	159	80	80	40	64	133	66	66	33	46	80	40	40	20																												
300	415	795	398	398	199	199	252	477	477	239	119	186	360	175	175	87	141	265	133	133	66	128	239	119	119	60	86	159	80	80	40	68	124	62	62	31	53	95	48	48	24					70	130	65	65	33	57	106	53	53	27				
400					331	331	636	636	318	159	249	477	239	239	119	194	371	186	186	93	181	345	172	172	86	126	239	239	119	60	103	194	97	97	49	85	159	80	80	40	70	130	65	65	33	57	106	53	53	27									
500											313	604	302	302	151	247	477	239	239	119	234	451	225	225	99	166	318	318	159	80	138	265	133	133	66	117	223	111	111	56	99	188	94	94	47	84	159	80	80	40									

体重 58 kg M2(50~59歳)

ポイント	6					8					10					12					14					16					18					20					22					24								
	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC				
30	77	116	58	58	34																																																	
100	222	406	203	203	102	102	174	87	87	44	64	104	52	52	26																																							
200	338	638	319	319	160	160	189	348	174	174	87	133	244	122	122	61	97	174	87	87	44	70	145	73	73	36	51	87	44	44	22																							
300	454	870	435	435	218	218	276	522	522	261	131	203	383	191	191	96	155	290	145	145	73	140	261	131	131	65	94	174	87	87	44	74	135	68	68	34	58	104	52	52	26					40	40	20						
400					363	363	696	696	348	174	273	522	261	261	131	213	406	203	203	102	198	377	189	189	94	138	261	261	131	65	113	213	106	106	53	93	174	87	87	44	76	142	71	71	36	63	116	58	58	29				
500											342	661	331	331	165	271	522	261	261	131	256	493	247	247	109	181	348	348	174	87	151	290	145	145	73	128	244	122	122	61	108	206	103	103	51	92	174	87	87	44				

体重 63 kg M2(50~59歳)

ポイント	6					8					10					12					14					16					18					20					22					24								
	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC	S	B	DB	LC	DLC				
30	84	126	63	63	37																																																	
100	242	441	221	221	110	110	189	95	95	47	69	113	57	57	28																																							
200	368	693	347	347	173	173	205	378	189	189	95	145	265	132	132	66	105	189	95	95	47	77	158	79	79	39	55	95	47	47	24																							
300	494	945	473	473	236	236	299	567	567	284	142	221	416	208	208	104	168	315	158	158	79	162	284	142	142	71	102	189	95	95	47	81	147	74	74	37	63	113	57	57	28					86	43	43	21					
400					394	394	756	756	378	189	296	567	284	284	142	231	441	221	221	110	215	410	205	205	102	150	284	284	142	71	123	231	116	116	58	101	189	95	95	47	83													