

ポイントテーブル(女性)POINT TABLE (WOMEN)
 体重 44 kg M3(60~69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					
30	88	132	66	66	39																																													
80	200	356	178	178	89																																													
100	253	462	231	231	116	116	198	99	99	50	73	119	59	59	30																																			
200	395	726	363	363	182	215	396	198	198	99	152	277	139	139	69	110	198	99	99	50	80	165	83	83	41	58	99	50	50	25																				
300						314	594	297	297	149	231	436	218	218	109	176	330	165	165	83	160	297	149	149	74	107	198	99	99	50	84	154	77	77	39	66	119	59	59	30	51	90	45	45	23					
400											310	594	297	297	149	242	462	231	231	116	226	429	215	215	107	157	297	149	149	74	128	242	121	121	61	106	198	99	99	50	87	162	81	81	41	72	132	66	66	33

体重 48 kg M3(60~69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					
30	96	144	72	72	42																																													
80	218	389	194	194	97																																													
100	276	504	252	252	126	126	216	108	108	54	79	130	65	65	32																																			
200	420	792	396	396	198	234	432	216	216	108	166	302	151	151	76	120	216	108	108	54	87	180	90	90	45	63	108	54	54	27																				
300						342	648	324	324	162	252	475	238	238	119	192	360	180	180	90	174	324	162	162	81	117	216	108	108	54	92	168	84	84	42	72	130	65	65	32	56	98	49	49	25					
400											338	648	324	324	162	264	504	252	252	126	246	468	234	234	117	171	324	162	162	81	140	264	132	132	66	115	216	108	108	54	95	177	88	88	44	78	144	72	72	36

体重 53 kg M3(60~69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					
30	106	159	80	80	46																																													
80	241	429	215	215	107																																													
100	305	557	278	278	139	139	239	119	119	60	87	143	72	72	36	53	80	40	40	20																														
200	464	875	437	437	219	258	477	239	239	119	183	334	167	167	83	133	239	119	119	60	97	199	99	99	50	70	119	60	60	30	49	80	40	40	20															
300						378	716	358	358	179	278	525	262	262	131	212	398	199	199	99	192	358	179	179	89	129	239	119	119	60	102	186	93	93	46	80	143	72	72	36	61	108	54	54	27					
400											374	716	358	358	179	292	557	278	278	139	272	517	258	258	129	189	358	179	179	89	155	292	146	146	73	127	239	119	119	60	105	195	98	98	49	86	159	80	80	40

体重 58 kg M3(60~69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					
30	116	174	87	87	51																																													
80	264	470	235	235	117																																													
100	334	609	305	305	152	152	261	131	131	65	96	157	78	78	39	58	97	44	44	22																														
200	508	957	479	479	239	283	522	261	261	131	200	365	183	183	91	145	261	131	131	65	106	218	109	109	54	76	131	65	65	33	53	87	44	44	22															
300						413	783	392	392	196	305	574	287	287	144	232	435	218	218	109	210	392	196	196	98	141	261	131	131	65	111	203	102	102	51	87	157	78	78	39	67	119	59	59	30					
400											409	783	392	392	196	319	609	305	305	152	297	566	283	283	141	207	392	196	196	98	169	319	160	160	80	139	261	131	131	65	115	214	107	107	53	94	174	87	87	44

体重 63 kg M3(60~69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					
30	126	189	95	95	55																																													
80	287	510	255	255	128																																													
100	362	662	331	331	165	165	284	142	142	71	104	170	85	85	43	63	95	47	47	24																														
200	551	1040	520	520	260	307	567	284	284	142	217	397	199	199	99	158	284	142	142	71	115	236	118	118	59	83	142	71	71	35	58	95	47	47	24															
300						449	851	425	425	213	331	624	312	312	156	262	473	236	236	118	228	425	213	213	106	154	284	142	142	71	121	221	110	110	55	95	170	85	85	43	73	129	64	64	32					
400											444	851	425	425	213	347	662	331	331	165	323	614	307	307	154	224	425	213	213	106	184	347	173	173	87	151	284	142	142	71	125	232	116	116	58	102	189	95	95	47

体重 68 kg M3(60~69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
30	136	204	102	102	60																																								
80	309	551	275	275	138																																								
100	391	714	357	357	179	179	306	153	153	77	112	184																																	