

REGLAMENTO

1. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

En el presente Reglamento se detallan las normas básicas de la competición, así como detalles de ejecución de cada una de las pruebas.

Podrá ser modificado hasta el día anterior a la realización de la prueba por parte de esta organización, en caso necesario.

1.1 INDIVIDUAL/ EQUIPOS.

La prueba se podrá correr tanto de forma individual, como por equipos.

La salida estará distribuida en 4 tandas, separadas por 15 minutos. En cada tanda participarán 100 corredores, asignando la tanda en el momento de la inscripción.

Los equipos estarán compuestos por tres personas mayores de 18 años. Se autoriza la participación de menores de edad, con autorización paterna/materna, que deberán entregar firmada el día de la recogida de dorsales.

1.2 PRE-SALIDA.

La zona de pre-salida estará delimitada y es el lugar donde se concentrarán los corredores y los equipos que van a participar. Tanto los corredores como los equipos estarán al menos 45 minutos antes de su participación en esta zona para su control, comprobación de dorsal y recibir las últimas consignas. Se recuerda que el dorsal es personal e intransferible, la suplantación de identidad está tipificado como delito.

Se aceptan cambios de nombre, hasta **5 días antes** del inicio de la prueba, comunicándolo a la organización a través del correo electrónico crossfast_inscripcion@mde.es o a través de la empresa de cronometraje Conchip.

Si algún equipo no cumpliera estas normas quedará descalificado.

1.3 SALIDA



La salida será dada por el Juez de Salida a la hora establecida para la carrera de la siguiente forma:

o Voces:

▪ “CORREDORES PREPARADOS”:

A esta voz todos los corredores estarán preparados detrás de la línea de salida. El juez de salida permanecerá con la mano al alto en coordinación con la mesa de cronometraje.

▪ “CORREDORES LISTOS”:

A esta voz los corredores que compiten se colocarán en la línea de salida, distribuyéndose **de la forma que crean conveniente, sin sobrepasar la misma.**

▪ “DISPARO”:

El Juez de Salida se colocará en el lugar más conveniente para dar la salida con objeto de que todos los corredores puedan verlo y oír el disparo de salida. A tal efecto, se habilitará, en caso necesario, un lugar en alto para dicho Juez.

1.4 SALIDAS FALSAS

o Primera salida falsa:

Si el Juez de Salida apreciara que algún corredor se adelanta a la salida, ordenará detener la carrera, realizando pitidos continuos hasta que todos los competidores queden advertidos. Además, en caso de salida falsa, dos miembros de la organización levantarán una cuerda que colocada de forma perpendicular a la dirección de carrera corte el paso a la misma. Se le mostrará una tarjeta amarilla al corredor que cometió la infracción. A continuación se iniciará el proceso completo para una nueva salida.

o Segunda salida falsa en la misma serie. PENALIZACIÓN.

Si el Juez de Salida apreciara que algún corredor se adelanta a la salida, ordenará detener la serie realizando pitidos continuos hasta que todos los competidores queden advertidos. Además, en caso de salida falsa, dos miembros de la organización levantarán una cuerda que colocada de forma perpendicular a la dirección de carrera corte el paso a la misma. Al tratarse de una segunda salida falsa en la misma serie, se le mostrará una tarjeta roja al corredor que la haya realizado, quedando el mismo PENALIZADO con 5' sobre el tiempo realizado en la carrera. Lo anterior será independiente de que dicho corredor hubiera realizado o no la primera salida falsa de la serie. En caso de que algún corredor de un equipo resulte penalizado, el equipo quedara penalizado también.

2. COMPETICIÓN.

La competición consta de un recorrido de aproximadamente 6 kilómetros con 24 obstáculos distribuidos a lo largo del mismo.

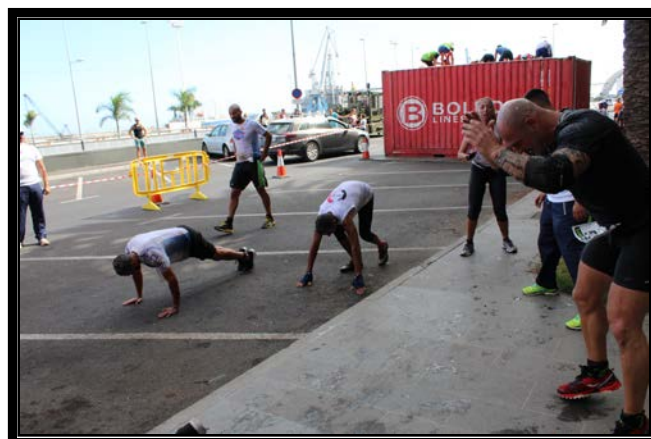
Se recuerda que los participantes que hayan optado por realizar la carrera en la **modalidad de equipo**, deberán ir juntos durante todo el recorrido, y entrar juntos en meta.

El ganador de la competición será aquel que invierta el menor tiempo en recorrer el circuito, teniendo en cuenta las penalizaciones en caso de que existan.

En cada obstáculo se encontrará el Juez de Obstáculo y personal auxiliar del mismo. Para todos los obstáculos la actuación de los mismos será la siguiente:

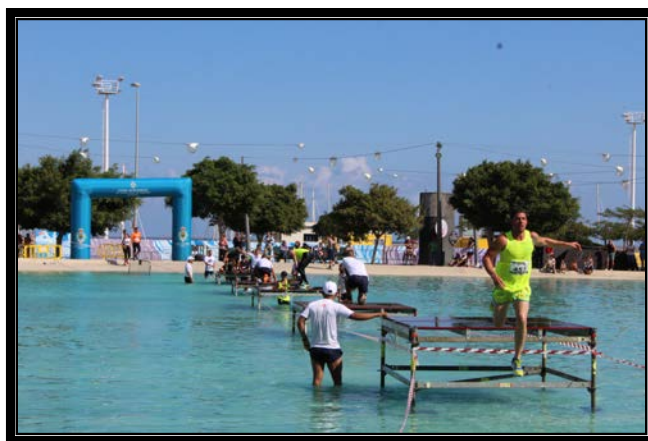
Juez de Obstáculo: En caso de que el juez observe que algún corredor no supera el obstáculo, anotará el número de dorsal y dicho corredor quedara descalificado o será penalizado, realizando la compensación.

Compensación: Si por algún caso específico, algún corredor no pudiese superar un obstáculo, se compensará con la realización de 15 burpees.



2.1 OBSTÁCULO 1: DELFÍN.

El obstáculo se encuentra dentro de una fuente llena de agua donde se habilitará una calle llena de andamios. Estos obstáculos serán una serie de andamios separados una distancia de 5 metros uno del otro, donde el corredor deberá sobrepasarlos por encima. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.2 OBSTÁCULO 2: SALTO DE CONTENEDORES CON RED.

El obstáculo consta de dos (2) contenedores de 20 pies separados una distancia de 10 metros. Dicho obstáculo dispondrá de una rampa fabricada con redes por donde el corredor deberá subir hasta sobrepasar por encima el obstáculo. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.3 OBSTÁCULO 3: SALTO DE CAMIONES.

El obstáculo consta de dos (2) camiones descarrozados en el que los corredores deberán pasar por encima. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.4 OBSTÁCULO 4: PASADIZO Nº 1.

El obstáculo consiste en una gatera construida sobre una escalera en sentido descendente. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.5 OBSTÁCULO 5: MONKEYBAR CON CUERDA.

El obstáculo consta de una serie de cuerdas colocadas en sentido vertical. El corredor deberá sobrepasar una zona delimitada haciendo uso de las cuerdas. El obstáculo contará con una línea de principio y fin de obstáculo. Los competidores no podrán pisar dichas líneas ni el espacio comprendido entre estas.



2.6 OBSTÁCULO 6: CAMIÓN DE BOMBEROS.

Un camión de bomberos estará situado en una zona alta, desde donde mojarán a los corredores.



2.7 OBSTÁCULO 7: PASADIZO DE HARINA.

El obstáculo consta de un pasadizo con sacos colgantes llenos de harina, por el cual el corredor tendrá que pasar. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.8 OBSTÁCULO 8: SALTO MURO.

El obstáculo consta de un muro de aproximadamente 1,5 m, situado en el sentido de la marcha de los corredores, debiendo saltarlo por la parte señalizada para poder continuar el recorrido.



2.9 OBSTÁCULO 9: PASO DE NEUMÁTICOS.

El obstáculo consta de un pasillo de neumáticos que hay que sobrepasar pisando sobre el centro de los mismos. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.10 OBSTÁCULO 10: ESCALADOR.

El obstáculo consta de una pared de piedras, que los corredores tendrán que escalar, por la parte señalizada.



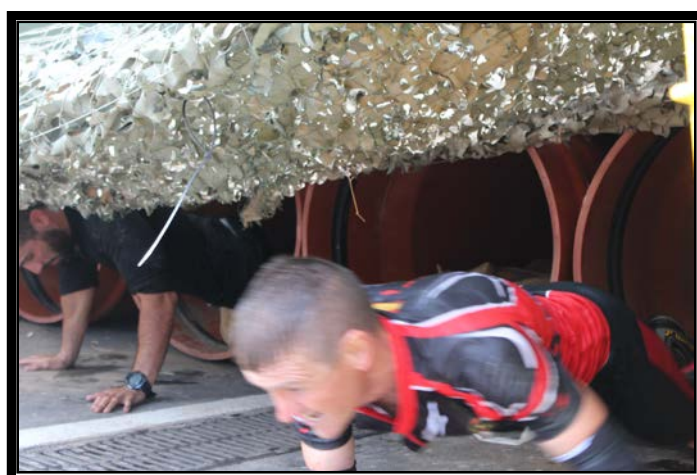
2.11 OBSTÁCULO 11: MONTAÑA DE NEUMÁTICOS.

El obstáculo consta de un apilamiento de 300 neumáticos de coche amontonados en un área de veinte metros cuadrados. El corredor deberá sobrepasar dicho obstáculo por encima de los neumáticos. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.12 OBSTÁCULO 12: PASADIZO N°2

El obstáculo consta de una gatera construida sobre una escalera en sentido ascendente.



2.13 OBSTÁCULO 13: PASO DE ALAMBRADA N°1.

El obstáculo consta de un recorrido acotado de unos 30 metros el cual cuenta de una alambrada (no de espino), que delimita la parte superior situada a 50 cm del suelo. Dicho obstáculo será constantemente regado. El corredor deberá entrar en el acotado y sobrepasar el obstáculo reptando hasta llegar al final del mismo. Los bordes estarán acotados mediante sacos terreros.



2.14 OBSTÁCULO 14: CASA DE HARINA.

El obstáculo consta de una superficie de hierro construida sobre la base de tres tiendas modulares y de las cuales penderán 300 sacos llenos de harina. El corredor deberá entrar dentro del entramado y salir por la parte final. Este obstáculo estará limitado en sus bordes por vallas metálicas.



2.15 OBSTÁCULO 15: LABERINTO.

El obstáculo consta de un entramado de vallas forradas con rafia que forman un laberinto, el cual consta de dos entradas y dos salidas. La diferencia reside en que cada uno de los dos recorridos tiene una longitud diferente. Desde el punto de entrada no se ve el de salida. El corredor deberá elegir una de las dos entradas y progresar por ella. No se permite dar marcha atrás.



2.16 OBSTÁCULO 16. BAÑERAS DE BARRO.

El obstáculo consta de dos (2) bañeras de escombros llenas de barro. Dichas bañeras se encontrarán colocadas de formas sucesivas y separadas una distancia de 5 metros. El corredor deberá entrar en cada una de las bañeras, sobrepasando una a una hasta llegar a la línea final que delimita el obstáculo. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.17 OBSTÁCULO 17: PASAR POR DEBAJO DEL VEHÍCULO

El obstáculo consiste en vehículo Toyota Hilux de la Policía Local de Santa Cruz, por el cual los competidores tendrán que pasar por debajo.



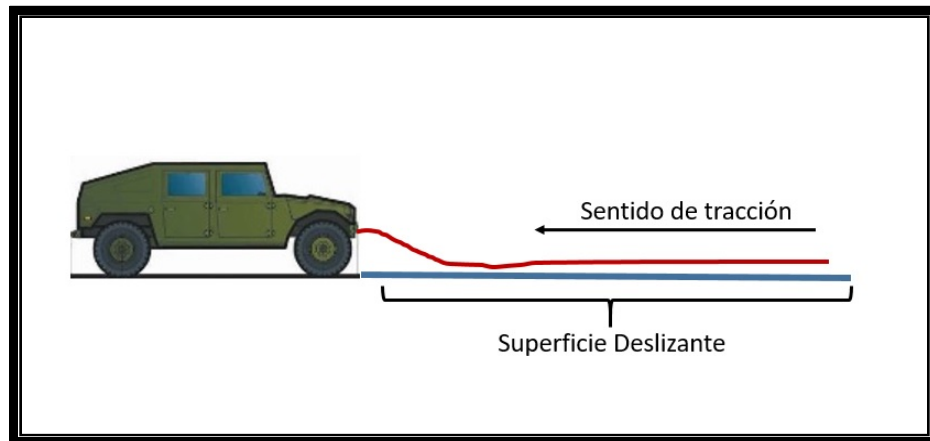
2.18 OBSTÁCULO 18: BAÑERAS DE AGUA.

El obstáculo consta de cuatro (4) bañeras de escombros llenas de agua. Dichas bañeras se encontrarán colocadas de forma sucesiva y separadas a una distancia de 5 metros. El corredor deberá entrar en cada una de las bañeras, sobrepasando una a una hasta llegar a línea final que delimita el obstáculo. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



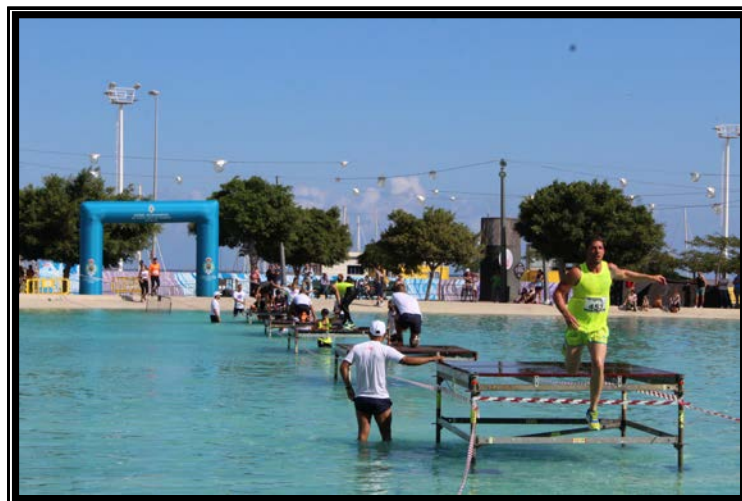
2.19 OBSTÁCULO 19: EL DESLIZADOR

El obstáculo consiste en una superficie deslizante sobre la cual los competidores deberán arrastrarse tirando de una cuerda atada a un vehículo tipo Vamtac. Posteriormente deberán pasar reptando por debajo del mismo y continuar con la carrera. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.20 OBSTÁCULO 20: DELFÍN (2º PASO)

El obstáculo se encuentra dentro de una fuente llena de agua donde se habilitará una calle llena de andamios. Estos obstáculos serán una serie de andamios separados una distancia de 5 metros uno del otro, donde el corredor deberá sobrepasarlos por encima. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.21 OBSTACULO 21: PASO DE ALAMBRADA (2º PASO).

El obstáculo consta de un recorrido acotado de unos 15 metros el cual cuenta de una alambrada (no de espino), que delimita la parte superior situada a 50 cm del suelo. Dicho obstáculo será constantemente regado. El corredor deberá entrar en el acotado y sobrepasar el obstáculo reptando hasta llegar al final del mismo. Los bordes estarán acotados mediante cinta de balizar.



2.22 OBSTACULO 22: SALTO DE CONTENEDOR CON CUERDA

El obstáculo consiste en un contenedor de 20 pies. Dicho obstáculo dispondrá de tres cuerdas por donde el corredor deberá subir hasta sobrepasar por encima el obstáculo. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



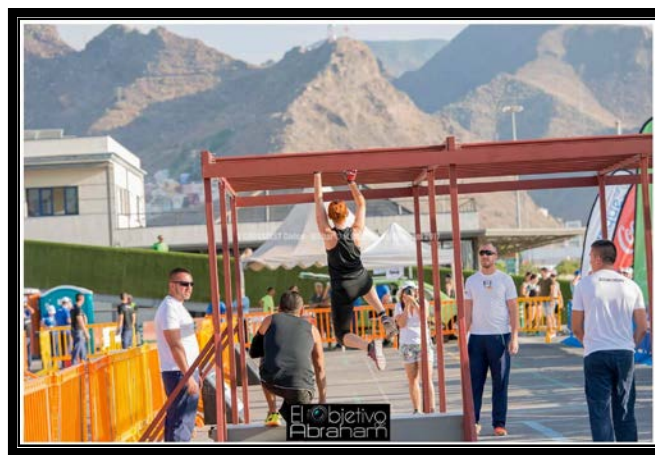
2.23 OBSTACULO 23: PASO DE RAMPA

El obstáculo consiste en una rampa diseñada a modo de tejado, el cual tiene un lado en forma de escalera y el opuesto totalmente liso. El competidor deberá subir por el lado donde se encuentra la escalera, pasar por encima y dejarse caer por el otro lado. El obstáculo estará delimitado en sus bordes con cinta de balizar.



2.24 OBSTACULO 24: MONKEYBAR

El obstáculo consiste en una estructura metálica de siete metros de largo en la cual los competidores tendrán que subirse y pasar hasta el extremo opuesto. El obstáculo contará con una línea de principio y fin de obstáculo. Los competidores no podrán pisar dichas líneas ni el espacio comprendido entre estas.



3 PLANO DEL RECORRIDO Y OBSTÁCULOS.



4 INFRACCIONES.

Toda infracción será anotada en la Hoja de Competición para que el Jurado Técnico resuelva la circunstancia que la originó y emita una resolución.

Las infracciones al reglamento darán como resultado la descalificación del equipo de la competición. Se considerarán infracciones todos aquellos hechos que, a juicio de los jueces, no cumplan la ejecución correcta de las pruebas así como un comportamiento inadecuado durante la competición.

5 DESARROLLO DE LA COMPETICIÓN.

FASES DE COMPETICIÓN: La Organización será escrupulosa con los tiempos establecidos durante la misma y los Equipos serán respetuosos con ello, procurando estar con suficiente antelación al inicio de cada serie. La Competición tendrá la secuencia siguiente:

- 15:30-16:10 CALENTAMIENTO: 40 MINUTOS.
- 16:15 LLAMADA A LOS CORREDORES/ PRE-SALIDA.
- 16:30 SALIDA TANDA 1
- 16:45 SALIDA TANDA 2

- 17:00 SALIDA TANDA 3
- 17:15 SALIDA TANDA 4
- 18:45 FIN DE LA CARRERA
- 19:00: ENTREGA DE TROFEOS

a. DESARROLLO EN DETALLE DE CADA FASE:

- o Calentamiento libre (40 minutos). A la hora H (15:30), la Organización pondrá a disposición de TODOS los participantes que lo deseen la zona cercana a la SALIDA para el calentamiento. El calentamiento libre finalizará 40 minutos después y, una vez transcurrido ese tiempo, se cerrarán el acceso a la zona de competición.
- o Llamada a los Corredores y Equipos (15 minutos antes de la salida). A las H + 45 minutos, el Juez de Pre-salida hará una llamada a los participantes para que estén concentrados en la Zona de Pre-salida y, una vez comprobados, sean presentados en la zona de Salida. Si un equipo no se presentara a la salida quedará descalificado.
- o Carrera TEAM WARRIOR RACE (90 minutos). A las H + 60 minutos, dará comienzo la carrera teniendo una duración de 90 minutos, teniendo en cuenta que la salida se dará en cuatro tandas diferentes distanciadas 15 minutos, el final de la prueba se finalizará no más tarde de las 18:45 horas (H+195').
- o Entrega de Trofeos: A las H + 210 minutos, se llevará a cabo la entrega de trofeos por parte de la organización a los siguientes corredores /equipos:
 - Tres mejores corredores masculinos, de los inscritos en esta modalidad individual.
 - Tres mejores corredoras femeninas, de las inscritas en esta modalidad individual.
 - Tres mejores equipos, de los inscritos en esta modalidad de equipos, que vayan reunidos durante todo el recorrido y que entren juntos en meta.

6 RECLAMACIONES.

En la Hoja de Competición figurará un apartado para que los Jueces anoten las reclamaciones que el corredor o el Jefe del Equipo quieran reflejar a la finalización de la carrera. Serán breves y concretas, y el Jurado Técnico las resolverá antes de la entrega de trofeos por si pudiera dar lugar a cambios en la clasificación final.

Cualquier reclamación sobre una situación no prevista en este reglamento será resuelta en última instancia por el Jurado de Apelación de la competición.

Santa Cruz de Tenerife a 27 de julio de 2018
EL JEFE DE LA ORGANIZACIÓN