

HYBRID RACE

REGOLAMENTO UFFICIALE

1. REQUISITI E MODALITÀ DI ISCRIZIONE

La partecipazione è aperta ad atleti di ogni livello di preparazione, dai principianti ai professionisti.

- **Età minima:** La partecipazione è consentita a partire dai **14 anni compiuti**.
- **Minorenni:** Tutti gli atleti di età inferiore ai 18 anni devono essere obbligatoriamente **accompagnati da un genitore** o da un tutore legale durante l'evento.
- **Procedura:** L'iscrizione si ritiene valida solo dopo il completamento del form online con dati corretti e il versamento della quota.
- **Livello di preparazione:** È obbligatorio dichiarare il proprio livello in fase di registrazione per permettere un'equa organizzazione delle batterie.

2. QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Le tariffe per l'iscrizione all'evento sono così fissate:

- **Individuale:** 70,00 €
- **Coppia:** 110,00 € (pari a 55,00 € per ciascun partecipante)

3. CATEGORIE DI GARA

È possibile competere nelle seguenti modalità:

- **Individuale** (Uomo o Donna)
- **In Coppia:** Maschile, Femminile o Mixed.
 - *Nota per le coppie Mixed:* Ove non diversamente specificato, verranno applicati i carichi previsti per la categoria maschile.

4. POLITICHE DI RIMBORSO E VARIAZIONI

- **Rimborso:** Non è previsto alcun rimborso della quota in caso di mancata partecipazione.
- **Assicurazione Facoltativa:** Per usufruire della possibilità di cambio nome, cambio data o cambio evento, è obbligatorio sottoscrivere l'assicurazione proposta in fase di iscrizione.

5. SERVIZI AGLI ATLETI E VILLAGGIO GARA

Ogni iscritto ha diritto a:

- Kit gara di benvenuto e accesso al villaggio per contest ed eventi collaterali.
- Servizi logistici: Check-in, deposito bagagli e assistenza di primo soccorso.
- Le info operative sul check-in saranno inviate nei giorni precedenti il via.

6. BRIEFING E PROCEDURE DI PARTENZA

- **Briefing Obbligatorio:** Prima dello start, verrà effettuato un briefing tecnico sull'uso del percorso e le regole di sicurezza.
- **Orari:** Le partenze avvengono per batterie; gli orari definitivi saranno comunicati pre-evento. L'organizzazione può variare gli orari per maltempo o cause di forza maggiore.

- **Check-in Batteria:** Gli atleti devono presentarsi **10 minuti prima** dello start per il ritiro del chip e il briefing specifico.

7. STRUTTURA DELLA COMPETIZIONE

La gara prevede un'alternanza obbligatoria tra corsa (800 m) e stazioni funzionali:

Sequenza	Attività / Stazione	Caratteristiche / Carichi
Corsa	800 m	Uno o più giri del tracciato
Stazione 1	Ski Erg (800 m)	Tecnica e resistenza libere; reset a cura del giudice
Corsa	800 m	
Stazione 2	Thruster Manubri	40 rep (U: 15kg / D: 10kg). Solo rep valide contano
Corsa	800 m	
Stazione 3	Sled Push & Pull	80m totali (10+10m). Coppie Mixed: peso Uomo
Corsa	800 m	
Stazione 4	Burpees Broad Jump	40m totali. Petto a terra e standard tecnici specifici
Corsa	800 m	
Stazione 5	Farmer Carry	140m (U: 24kg / D: 16kg). Coppie Mixed: peso Uomo
Corsa	800 m	
Stazione 6	Row Erg (800 m)	Tecnica e resistenza libere; verifica finale del giudice
Corsa	800 m	
Stazione 7	Lunges Bilanciere	40m (U: 20kg / D: 10kg) in front rack. Ginocchio a terra
Corsa	800 m	
Stazione 8	Kettlebell Clean	40 rep (U: 36kg / D: 24kg) con verifica del giudice

8. TRAGUARDO E CLASSIFICHE

Dopo l'ultima stazione, l'atleta corre verso il traguardo.

- **Chip:** Deve essere riconsegnato immediatamente all'arrivo.
- **Risultati:** Sarà possibile consultare i tempi ufficiali, le classifiche e ritirare la foto da finisher.
- **Premiazioni:** Si terranno al termine dell'evento secondo il programma ufficiale.