



INFO OSTACOLI

WEREWOLF RUN E' UN EVENTO OCR (OBSTACLE COURSE RACE) E PERTANTO PREVEDE UN PERCORSO DI KM VARIABILI DICHIARATI PER OGNI EVENTO LUNGO IL QUALE SONO DISPOSTI OSTACOLI ARTIFICIALI (DICHIARATI SULLA GUIDA FORNITA 15 GIORNI PRIMA DELL'EVENTO E SPIEGATI DI SEGUITO) E NATURALI INVECE NON ELENCATI.

GLI OSTACOLI POSSONO ESSERE: **MULTI TENTATIVO O TENTATIVO SINGOLO.**

IN QUESTO ULTIMO CASO, QUALORA IL PARTECIPANTE NON RIESCA A CONCLUDERE POSITIVAMENTE L'OSTACOLO SARA' PREVISTA UNA PENALITA': IL PENALITY LOOP.

IL **PENALITY LOOP** CONSISTE NELL'ESECUZIONE DI UN PERCORSO CON SOVRACCARICO COMMISURATO ALLA DIFFICOLTA' DELL'OSTACOLO:

-OSTACOLO FASCIA 1 (FACILE) CON **PENALITY LOOP DI 100 METRI**

-OSTACOLO FASCIA 2 (MEDIO) CON **PENALITY LOOP DI 250 METRI**

-OSTACOLO FASCIA 3 (DIFFICILE) CON **PENALITY LOOP DI 350 METRI CON CARICO MAGGIORATO**

OGNI OSTACOLO SARA' PRESIDATO DA UNO O PIÙ GIUDICI E IL LORO GIUDIZIO SARA' INSINDACABILE PER IL PARTECIPANTE PENA L'ESCLUSIONE DALLA GARA.

TUTTAVIA QUALORA IL PARTECIPANTE APPARTENGA ALLA CATEGORIA NON COMPETITIVA, LO STESSO SARA' LIBERO DI SCEGLIERE SE ESEGUIRE O MENO LA PENALITA'.

WALLS & OLIMPO

DIMENSIONI: LE PARETI SONO DI DIFFERENTI ALTEZZE COMPRESSE TRA 160 E 400 CM. POSSONO ESSERE DISPOSTE SINGOLARMENTE O ACCOPPIATE IN BASE AL PUNTO E ALLE CARATTERISTICHE DEL TERRENO IN CUI VENGONO POSIZIONATE.

REGOLAMENTO: PER SUPERARE LE PARETI E' POSSIBILE UTILIZZARE QUALSIASI PARTE DEL CORPO E QUALSIASI TECNICA MA NON E' POSSIBILE AIUTARSI UTILIZZANDO I MONTANTI LATERALI. L'OSTACOLO E' A TENTATIVO MULTIPLO PERCIO' IL PARTECIPANTE POTRA' TENTARE IL SUPERAMENTO TUTTE LE VOLTE NECESSARIE.

OSTACOLO OBBLIGATORIO: IL NON SUPERAMENTO DI QUESTO OSTACOLO PREVEDE L'ABBANDONO DELLA COMPETIZIONE (PER I FACENTI PARTE ALLE BATTERIE COMPETITIVE). NON SONO INFATTI PREVISTI PENALTY LOOP. IL PARTECIPANTE CHE NON DOVESSE RIUSCIRE A SUPERARE QUESTO OSTACOLO DOVRÀ COMUNICARE AL GIUDICE LA RINUNCIA E CONSEGNARE IL SUO CHIP DI GARA.



BARBED WIRE

DIMENSIONI: IL FILO SPINATO HA UNA SUPERFICIE CHE VA DA 400X800 CM FINO A RAGGIUNGERE I 40 M.

REGOLAMENTO: IL PASSAGGIO SOTTO IL FILO SPINATO VA ESEGUITO IN MODALITÀ CRAWL. NON E' POSSIBILE PERCIO' CAMMINARE O CAMMINARE IN ACCOSCIATA NE' IN OGNI CASO UTILIZZARE LA STAZIONE IN PIEDI PER AVANZARE.

OSTACOLO OBBLIGATORIO: IL NON SUPERAMENTO DI QUESTO OSTACOLO PREVEDE L'ABBANDONO DELLA COMPETIZIONE (PER I FACENTI PARTE ALLE BATTERIE COMPETITIVE). NON SONO INFATTI PREVISTI PENALTY LOOP. IL PARTECIPANTE CHE NON DOVESSE RIUSCIRE A SUPERARE QUESTO OSTACOLO DOVRÀ COMUNICARE AL GIUDICE LA RINUNCIA E CONSEGNARE IL SUO CHIP DI GARA.



CARRYS

DIMENSIONI: I TRASPORTI SI SVILUPPANO SU UN PERCORSO CHE VARI TRA I 20 E I 500M E PREVEDE CARICHI COMPRESI TRA I 20 E I 60 KG. IN ALCUNI CASI SI DIFFERENZIANO TRA UOMO E DONNA MENTRE IN ALTRI NO. IL GIUDICE PRESENTE SULL'OSTACOLO SI OCCUPERA' DI DARNE COMUNICAZIONE.

REGOLAMENTO: IL PARTECIPANTE UNA VOLTA PRESO IL CARICO DOVRA' PERCORRERE IL PERCORSO PREVISTO E DEPOSITARLO NEL PUNTO DI PARTENZA. IL PARTECIPANTE POTRA' FERMARSI E POGGIARE A TERRA IL CARICO TUTTE LE VOLTE CHE RITIENE OPPORTUNO. E' VIETATO MANOMETTERE IL CARICO O IL SUO CONTENUTO DURANTE IL PERCORSO.

OSTACOLO OBBLIGATORIO: IL NON SUPERAMENTO DI QUESTO OSTACOLO PREVEDE L'ABBANDONO DELLA COMPETIZIONE (PER I FACENTI PARTE ALLE BATTERIE COMPETITIVE). NON SONO INFATTI PREVISTI PENALTY LOOP. IL PARTECIPANTE CHE NON DOVESSE RIUSCIRE A SUPERARE QUESTO OSTACOLO DOVRÀ COMUNICARE AL GIUDICE LA RINUNCIA E CONSEGNARE IL SUO CHIP DI GARA.



BALANCE

DIMENSIONI: GLI ESERCIZI DI EQUILIBRIO SI SVILUPPANO SU SUPERFICI LISCE, CURVE O MORBIDE, FISSE E MOBILI CON LUNGHEZZA TRA 3 E 10 M. SONO OSTACOLI DI EQUILIBRIO BALANCE BEAM E SLACK LINE

REGOLAMENTO: GLI OSTACOLI DI EQUILIBRIO INIZIANO QUANDO ENTRAMBI I PIEDI SONO STACCATI DA TERRA E TERMINANO POSITIVAMENTE SE IL PARTECIPANTE ATTERRA OLTRE LA LINEA DI FINE DELL'OSTACOLO.

OSTACOLO CON PANALITA': IL NON SUPERAMENTO DI QUESTO OSTACOLO NON PREVEDE L'ABBANDONO DELLA COMPETIZIONE MA L'OBBLIGO DI UN CIRCUITO DI PENALITA' SITUATO ACCANTO ALL'OSTACOLO DENOMINATO PENALITY LOOP. I PENALITY LOOP SONO DI DIVERSE TIPOLOGIE: CORSA, CARRY, BARBED WIRE O COMBINAZIONI DI QUESTE E VENGONO APPLICATI CON UN DIFFICOLTA' COMMISURATA ALLA DIFFICOLTÀ' DELL'OSTACOLO.



SUSPENSION

DIMENSIONI: GLI OSTACOLI DI SUSPENSION PREVEDONO IL CORPO SIA SOSPESO DA TERRA A CARICO DEGLI ARTI SUPERIORI E DOVE SEGNALATO INFERIORI. HANNO UNA DIMENSIONE COMPRESA TRA 4 E 25 METRI.

REGOLAMENTO: L'OSTACOLO INIZIA QUANDO IL CORPO E' IN SOSPENSIONE E TERMINA CON IL SUONO DELLA CAMPANA POSTA A FINE OSTACOLO DOVE PRESENTE O SUPERANDO LA LINEA DISEGNATA A TERRA AL TERMINE DELL'OSTACOLO. SE PRESENTI RIG (PRESE DI VARIE FORME) L'APPOGGIO DA PARTE DELL'ATLETA AL CORDINO O ALLA CATENA POSTA TRA IL RIG E LA BARRA DI SUPPORTO RAPPRESENTA IL FALLIMENTO DELL'OSTACOLO. SONO: UP&DOWN, SHANGAY, TYROLEAN, MONKEY WALK, MULTIRIG & LOW MULTIRIG, THE RING.

OSTACOLO CON PANALITA': IL NON SUPERAMENTO DI QUESTO OSTACOLO NON PREVEDE L'ABBANDONO DELLA COMPETIZIONE MA L'OBBLIGO DI UN CIRCUITO DI PENALITA' SITUATO ACCANTO ALL'OSTACOLO DENOMINATO PENALITY LOOP. I PENALITY LOOP SONO DI DIVERSE TIPOLOGIE: CORSA, CARRY, BARBED WIRE O COMBINAZIONI DI QUESTE E VENGONO APPLICATI CON UN DIFFICOLTA' COMMISURATA ALLA DIFFICOLTÀ' DELL'OSTACOLO.



ZWALL & OLYMPUS

DIMENSIONI: GLI ATTRAVERSAMENTI LATERALI SI SVOLGONO SU PARETI CON APPIGLI PER MANI, PIEDI O ENTRAMBI E HANNO UNA LUNGHEZZA TRA I 6 E I 20M.

REGOLAMENTO: I PARTECIPANTI DOVRANNO SUPERARE L'OSTACOLO UTILIZZANDO GLI APPIGLI O RIG A DISPOSIZIONE SENZA POGGIARE MANI E PIEDI A TERRA O SU MONTANTI E STRUTTURA DELL'OSTACOLO PRIMA DI AVER TOCCATO LA CAMPANA POSTA A FINE OSTACOLO O AVER SUPERATO LA LINEA A TERRA OLTRE L'OSTACOLO STESSO.

OSTACOLO CON PANALITA': IL NON SUPERAMENTO DI QUESTO OSTACOLO NON PREVEDE L'ABBANDONO DELLA COMPETIZIONE MA L'OBBLIGO DI UN CIRCUITO DI PENALITA' SITUATO ACCANTO ALL'OSTACOLO DENOMINATO PENALITY LOOP. I PENALITY LOOP SONO DI DIVERSE TIPOLOGIE: CORSA, CARRY, BARBED WIRE O COMBINAZIONI DI QUESTE E VENGONO APPLICATI CON UN DIFFICOLTA' COMMISURATA ALLA DIFFICOLTÀ' DELL'OSTACOLO.