



REGLAMENTO GENERAL KM Cross Race 2022

- 1- La competencia KM Cross Race 2022 está enfocada al Cross Training, Funcional y CrossFit, con énfasis en la participación femenina. Organizada por el grupo deportivo Arasunu Group con el apoyo del Club Deportivo de Puerto Sajonia, el gimnasio UnHuman CrossFit Melanie Pedroza y Raúl Fusillo, la marca BullFit y el Head Coach Christian Servin. La misma se desarrollará el domingo 20 de noviembre en las instalaciones del Club Deportivo de Puerto Sajonia, de la ciudad de Asunción. Con un horario de inicio de 08:30 Hs
- 2- La competencia es del tipo Non Stop, el cronometro (minutos y segundos) correrá a partir del sonido inicial del primer ejercicio y culminará al finalizar las repeticiones requeridas del último ejercicio.
- 3- Las Campeonas de la competencia KM Cross Race 2022, serán las que superen todos los ejercicios en el menor tiempo posible.
- 4- La competencia es por equipo, y cada equipo debe estar integrado por 3 atletas que podrán o no representar a un box o gym determinado. Este equipo podrá contar con un capitán o Team Manager, no importa el sexo, pero si es femenino no deberá ser atleta en competición.

Este capitán o Capitana, tendrá total potestad antes y al finalizar los ejercicios, durante el desarrollo solo podrá fiscalizar las transiciones y alentar a sus competidoras. En el caso de que se presente alguna irregularidad, este capitán/na podrá dirigirse al Juez asignado detallando el reclamo, y posterior, el Juez con el Director de la carrera, quien tendrá la última palabra. La competidora que realice el reclamo sin intermediar con su Capitán/na, el equipo recibirá una penalización de 10min de carrera.

- 5- La competencia no hace diferencia de experiencia o edades, el formato general es de todas contra todas con un solo equipo ganador.
- 6- El Juez asignado a cada equipo fiscalizará el inicio y finalización de la competencia, el tiempo oficial es el transcurrido desde el inicio y hasta la finalización del último ejercicio. Es el único con potestad de parar o suspender la carrera, por el motivo que crea conveniente.

En el caso de que el Juez decida parar la carrera, la misma solo se aplica al equipo asignado, los demás equipos siguen en competencia con sus jueces correspondientes. Este equipo no estará eliminado, solo pasará, una vez solucionado el inconveniente, a competir en la siguiente tanda desde su inicio.

Las posibles causas para parar una carrera podrán ser:

- * Inicio de transición antes de tiempo (choque de manos)
- * No acatar las directivas
- * Intromisión del capitán/na de equipo durante el desarrollo de la carrera
- * Falta de respeto al Juez u cualquier otro miembro del Staff organizador.
- * Condición física cuestionable (mareos, caídas, etc.)
- * Mal desarrollo del ejercicio

- * Competidora sin el equipamiento requerido (modalidad /natación - Swimming)
- * No completar o acortar el circuito de Running
- * No completar las repeticiones o calorías requeridas en los ejercicios.
- * Falta de respeto, agresiones verbales o físicas entre competidoras y/o capitanes.

7- Durante el desarrollo de cada ejercicio solo el capitán de equipo podrá permanecer cerca de las atletas, siempre respetando las directivas del Juez asignado. No respetar esta norma conllevará al equipo a una penalización de 10min de carrera. La atleta que haya terminado su ejercicio puede estar cerca de su compañera, asistiendo u alentando. En ningún caso durante la competencia está estipulado el reemplazo, salvo el ejercicio que la organización estipule.

8- En el supuesto caso de que la competencia presente un empate (minutos y segundos), los equipos definirán posiciones en las siguientes modalidades individuales, con un solo tiempo de competencia y siempre por equipo:

- * Atleta 1 / Airbike / 40 calorías
- * Atleta 2 / Swimming / Crol (libre) / 200mts
- * Atleta 3 / Box Jump / 30 saltos a la caja.

Para esto, todo el equipamiento y logística de carrera, se trasladará a la zona de Swimming.

