



## CARNIVAL - REGOLAMENTO GARA

Hurricane Carnival è una gara a coppie mascherate su un tracciato di circa 700m e +30 ostacoli.

Ogni coppia dovrà scegliere un capo squadra e sarà seguita lungo tutto il percorso da un giudice a cui spetterà il compito di cronometrare il tempo e verificare il corretto superamento ostacoli.

La gara comincerà dalle ore 10.00. La partenza delle coppie sarà scaglionata a intervalli di 5 minuti.

Le batterie con l'orario di partenza verranno comunicate entro giovedì 17 febbraio.

Ogni giudice di gara potrà squalificare la coppia che avrà comportamenti anti sportivi e che non si atterrà al regolamento gara.

Se un ostacolo viene aggirato, non superato in modo corretto o non viene eseguita la penalità, si procederà con la squalifica dell'atleta.

**Non è concesso alla coppia, ai fini del superamento degli ostacoli, aiuti di alcun genere, se non esplicitamente previsti.**

Per ogni ostacolo ci sarà un numero di tentativi e una penalità da scontare in penalty round o burpees secondo quanto riportato di seguito:

- |   |  |
|---|--|
| - <b>Muri fino a 2,50 m/Trave irlandese fino a 1,60m</b><br>N. tentativi: 1 - Penalità: 15 burpees ciascuno | - <b>Ostacoli in sospensione oltre i 6 metri</b><br>N. tentativi: 3 - Penalità: penalty round            |
| - <b>Muri oltre i 2,50 m/Trave irlandese fino a 2m</b><br>N. tentativi: 3 - Penalità: 15 burpees ciascuno   | - <b>Ostacoli di equilibrio e ostacoli di abilità</b><br>N. tentativi: 1 - Penalità: 30 burpees ciascuno |
| - <b>Ostacoli in sospensione fino a 3 metri</b><br>N.tentativi: 1 - Penalità: Penalty round                 | - <b>Prove di logica e memoria</b><br>N. tentativi: 1 - Penalità: 30 burpees ciascuno                    |
| - <b>Ostacoli in sospensione da 3 a 6 metri</b><br>N. tentativi: 3 - Penalità: Penalty round                | - <b>Trasporti/ostacoli di forza/prove di coppia</b><br>Obbligatori                                      |

**Penalità e numero di tentativi saranno comunicati dal giudice prima di ogni ostacolo.**

Se una coppia giunge su un ostacolo e questo è occupato avrà la precedenza, nel caso non fosse possibile avere la precedenza il giudice di gara fermerà il tempo e lo farà ripartire una volta che l'ostacolo sarà libero.

I risultati finali saranno consultabili a fine gara sulla pagina facebook Hurricane.

Le classifiche saranno così suddivise: **Maschio/Femmina – Maschio/Maschio – Femmina/Femmina.**

**Un atleta può partecipare per più classifiche.**

Sono previsti premi per la prima coppia classificata di ogni classifica e per la miglior coppia in maschera.

Eventuali modifiche o aggiunte al presente regolamento saranno comunicate almeno un giorno prima della gara.

*Hurricane Functional Training*