HYRACE

REGLAMENTO OFICIAL

Nombre del evento	HYRACE BENIDORM
Fecha de celebración	Fin de semana del 03-04-2027
Sede / instalación	PABELLÓN L'ILLA DE BENIDORM
Entidad organizadora	Club Deportivo Tiro Pichón
Versión del documento	Versión 1.0 / 11-11-2026

Índice de contenidos

Contenido	Contenido
1. Objeto y ámbito de aplicación	2. Definición deportiva de HYRACE
3. Principios generales del evento	4. Condiciones generales de participación
5. Aptitud física, salud y responsabilidad individual	6. Inscripción y aceptación del reglamento
7. Modalidades y categorías oficiales	8. Sistema de salida, cronometraje y control de tiempos
9. Formato de competición	10. Recorrido, zonas de competición y circulación
11. Normas generales de ejecución	12. Estaciones funcionales: criterios comunes
13. Estándares técnicos de las estaciones	14. Modalidad Individual
15. Modalidad Parejas	16. Modalidad Relevos
17. Modalidad Fuerza Individual	18. Modalidad Family
19. Clasificación, resultados y premios	20. Jueces, voluntariado y autoridad deportiva
21. Seguridad, asistencia sanitaria y emergencias	22. Seguro, exención de responsabilidad y riesgos inherentes
23. Material permitido y material prohibido	24. Hidratación, avituallamiento y asistencia externa
25. Penalizaciones	26. Descalificación y retirada de la prueba
27. Reclamaciones e incidencias	28. Derechos de imagen, comunicación y uso promocional
29. Protección de datos	30. Modificaciones del reglamento, suspensión y fuerza mayor
31. Normas de conducta y juego limpio	32. Aceptación final
Anexo I. Programa orientativo del día del evento	Anexo II. Tabla técnica de cargas, distancias y repeticiones
Anexo III. Modelo de autorización para menores	Anexo IV. Declaración responsable del participante
Anexo V. Parte de incidencias deportivas	

1. Objeto y ámbito de aplicación

El presente Reglamento Oficial regula las condiciones de participación, desarrollo deportivo, normas de seguridad, sistema de clasificación, estándares técnicos generales, penalizaciones y criterios organizativos aplicables a HYRACE.

HYRACE es una prueba de deporte híbrido que combina carrera a pie y estaciones de trabajo funcional. Su finalidad es ofrecer una experiencia competitiva, segura, medible y accesible para distintos niveles de condición física, manteniendo criterios claros de igualdad, deportividad y control técnico.

Este reglamento será de aplicación a todos los participantes, acompañantes autorizados, equipos, personal técnico, voluntariado, jueces, proveedores y cualquier persona acreditada que intervenga en el desarrollo del evento.

La inscripción en HYRACE **implica la lectura, comprensión y aceptación íntegra de este reglamento**, así como de las instrucciones complementarias que la organización comunique antes o durante el evento.

2. Definición deportiva de HYRACE

HYRACE se concibe como una competición de resistencia funcional en la que los participantes deberán completar un recorrido compuesto por tramos de carrera intercalados con estaciones de esfuerzo físico.

El formato base estará compuesto por ocho tramos de carrera y ocho estaciones funcionales, que deberán realizarse en el orden oficial establecido por la organización. La suma del tiempo empleado en todos los tramos, estaciones y zonas de transición conformará el tiempo final del participante o equipo.

El objetivo deportivo es completar la totalidad del recorrido de forma válida, respetando las distancias, repeticiones, cargas, estándares de movimiento, instrucciones de jueces y normas de circulación definidas para cada modalidad.

HYRACE podrá adaptar distancias, cargas o repeticiones según categoría, modalidad, edad, nivel competitivo, necesidades de seguridad, características del recinto o decisión técnica de la organización.

3. Principios generales del evento

El desarrollo de HYRACE se regirá por los siguientes principios: seguridad de los participantes, igualdad de condiciones, respeto al reglamento, claridad en la ejecución, juego limpio, responsabilidad individual y autoridad técnica de la organización.

La organización procurará que todas las instrucciones relevantes estén disponibles antes del inicio de la prueba mediante comunicación oficial, briefing técnico, señalización, mapas, indicaciones del personal y/o publicación digital.

La interpretación final del reglamento corresponderá a la Dirección de Carrera, que actuará con criterios de proporcionalidad, equidad, seguridad y defensa del correcto desarrollo del evento.

- Seguridad: ninguna marca, resultado o clasificación prevalecerá sobre la integridad física de participantes y personal del evento.
- Equidad: todos los participantes de una misma categoría deberán competir bajo condiciones equivalentes.
- Trazabilidad: las incidencias relevantes deberán quedar registradas por jueces, responsables de zona o Dirección de Carrera.

- Respeto: se exigirá una conducta correcta hacia jueces, voluntarios, público, organización y resto de participantes.

4. Condiciones generales de participación

Podrán participar en HYRACE las personas que cumplan los requisitos de edad, inscripción, aceptación del reglamento y aptitud física establecidos para la modalidad correspondiente.

Con carácter general, la participación estará abierta a personas mayores de 18 años. Podrán participar menores de 16 y 17 años siempre que exista autorización expresa y firmada por sus padres, madres o tutores legales, y siempre que la organización lo permita para la modalidad correspondiente.

En la modalidad **Family podrán participar menores de entre 9 y 15 años** acompañados en todo momento por una persona adulta responsable. La organización podrá establecer edades mínimas, máximas o franjas específicas en función del diseño del recorrido y de las estaciones.

La organización se reserva el derecho de solicitar documentación acreditativa de identidad, edad, autorización de menores, justificantes de inscripción o cualquier documento necesario para verificar el cumplimiento de los requisitos de participación.

5. Aptitud física, salud y responsabilidad individual

HYRACE es una prueba físicamente exigente que puede implicar esfuerzos intensos, cambios de ritmo, manipulación de cargas, movimientos repetidos, fatiga cardiovascular y situaciones de alta demanda muscular.

Cada participante declara, bajo su exclusiva responsabilidad, encontrarse en condiciones físicas y psíquicas adecuadas para tomar parte en la prueba, no padecer enfermedad, lesión o contraindicación conocida que desaconseje su participación y haber valorado los riesgos inherentes a la actividad.

Se recomienda expresamente realizar una revisión médica previa, especialmente en personas con antecedentes cardiovasculares, respiratorios, metabólicos, musculoesqueléticos, embarazo, lesión reciente o cualquier condición que pueda verse afectada por el esfuerzo.

La organización podrá impedir la salida, retirar de la prueba o solicitar valoración sanitaria a cualquier participante cuando aprecie signos evidentes de riesgo, desorientación, agotamiento extremo, conducta peligrosa o incapacidad para continuar con seguridad.

6. Inscripción y aceptación del reglamento

La inscripción se formalizará a través de los canales oficiales habilitados por la organización. La plaza será personal e intransferible salvo autorización expresa de la organización y dentro de los plazos establecidos.

La inscripción implica la aceptación del presente reglamento, de las condiciones particulares del evento, de las instrucciones operativas comunicadas por la organización y de las decisiones adoptadas por la Dirección de Carrera durante la prueba.

Los datos facilitados en la inscripción deberán ser veraces, completos y actualizados. Cualquier error que afecte a categoría, modalidad, edad, identidad, contacto o consentimiento deberá comunicarse a la organización antes del cierre del periodo de modificaciones.

La organización podrá cerrar inscripciones por límite de plazas, razones de seguridad, capacidad del recinto, necesidades logísticas o cualquier otra causa justificada.

7. Modalidades y categorías oficiales

HYRACE podrá ofrecer distintas modalidades de participación, con diferencias en formato, cargas, repeticiones, distancias, exigencia técnica, edad permitida, sistema de clasificación y premios.

Las categorías definitivas de cada edición se publicarán antes del evento. La organización podrá agrupar, dividir o cancelar categorías cuando el número de inscritos, la seguridad o las necesidades operativas así lo aconsejen.

7.1 Categorías previstas

Bloque	Categoría	Descripción operativa
Individual	Individual Amateur Masculino	Participación individual con estándares adaptados a nivel popular.
Individual	Individual Amateur Femenino	Participación individual con estándares adaptados a nivel popular.
Individual	Individual Élite Masculino	Participación individual con estándares de mayor exigencia.
Individual	Individual Élite Femenino	Participación individual con estándares de mayor exigencia.
Parejas	Pareja Amateur Masculino / Femenino / Mixta	Dos participantes completan la prueba según reglas específicas de reparto de trabajo.
Parejas	Pareja Élite Masculino / Femenino	Dos participantes con estándares de mayor exigencia.
Relevos	Relevos Masculino / Femenino / Mixto	Equipo que reparte tramos y estaciones según instrucciones oficiales.
Fuerza Individual	Fuerza Individual Masculino / Femenino	Modalidad centrada en estaciones de fuerza y/o cargas superiores.
Family	Menores de 9 a 15 años con adulto responsable	Formato participativo, no necesariamente competitivo, con prioridad absoluta de seguridad.

Las categorías, pesos, distancias, repeticiones y premios concretos deberán confirmarse en la guía técnica del evento.

8. Sistema de salida, cronometraje y control de tiempos

La prueba podrá organizarse mediante salidas por tandas, oleadas o grupos, asignadas por categoría, nivel, horario de inscripción, criterio técnico u organización del recinto.

Cada participante o equipo deberá presentarse en la cámara de llamadas o zona de salida con la antelación indicada en el programa oficial. La no presentación a tiempo podrá implicar reubicación, penalización, salida fuera de clasificación o imposibilidad de tomar la salida.

El tiempo oficial se registrará mediante el sistema de cronometraje proporcionado por la empresa Chip Levante, designada por la organización. El uso correcto del chip, dorsal, pulsera o cualquier elemento identificativo será responsabilidad del participante.

La pérdida, manipulación, intercambio o uso incorrecto del chip podrá afectar al resultado final y, según la gravedad, conllevar penalización o descalificación.

9. Formato de competición

El formato estándar de HYRACE estará compuesto por ocho tramos de carrera y ocho estaciones funcionales. El participante deberá completar el recorrido en el orden oficial: carrera, estación, carrera, estación, y así sucesivamente hasta finalizar la última estación y cruzar la línea de meta.

La distancia de cada tramo de carrera, el número de vueltas, el sentido de circulación y la forma de acceso a cada estación se definirán en el mapa oficial del evento.

Las estaciones podrán consistir en tareas de resistencia, empuje, arrastre, transporte de cargas, saltos, zancadas, remo, skierg, lanzamientos, levantamientos u otros movimientos funcionales establecidos por la organización.

El participante deberá completar la totalidad de la distancia, repeticiones o trabajo asignado antes de abandonar cada estación, salvo indicación expresa del juez o causa médica justificada.

9.1 Esquema base del recorrido

Orden	Segmento	Descripción	Estado
1	Carrera 1	Amateur 500m y Élite 1000m	Pendiente de confirmar
2	Estación 1	Amtateur 600 m Elite 1000 m	Pendiente de confirmar
3	Carrera 2	Amateur 500m y Élite 1000m	Pendiente de confirmar
4	Estación 2	75 m Amateur F 70 kg M 100 kg Elite F 100 kg M 150 kg	Pendiente de confirmar
5	Carrera 3	Amateur 500m y Élite 1000m	Pendiente de confirmar
6	Estación 3	80 m	Pendiente de confirmar
7	Carrera 4	Amateur 500m y Élite 1000m	Pendiente de confirmar
8	Estación 4	Amtateur 600 m Elite 1000 m	Pendiente de confirmar
9	Carrera 5	Amateur 500m y Élite 1000m	Pendiente de confirmar
10	Estación 5	Amtateur 100 m Elite 200 m F 16 kg M 24 kg	Pendiente de confirmar
11	Carrera 6	Amateur 500m y Élite 1000m	Pendiente de confirmar

12	Estación 6	60 cm Amateur 20 repeticiones Elite 40 repeticiones	Pendiente de confirmar
13	Carrera 7	Amateur 500m y Élite 1000m	Pendiente de confirmar
14	Estación 7	100 m Amateur F 15 kg M 20 kg Elite F 20 kg M 25 kg	Pendiente de confirmar
15	Carrera 8	Amateur 500m y Élite 1000m	Pendiente de confirmar
16	Estación 8	Amtateur 50 repeticiones Elite 100 repeticiones F 4 kg M 6 kg	Pendiente de confirmar

10. Recorrido, zonas de competición y circulación

El recorrido estará compuesto por zonas de carrera, zonas de transición, estaciones funcionales, áreas de entrada y salida, zona de salida, meta, calentamiento, avituallamiento y, en su caso, áreas restringidas para personal técnico.

Los participantes deberán respetar en todo momento la señalización, vallas, cintas, flechas, carriles, puertas de entrada y salida, indicaciones del personal y cualquier elemento de delimitación dispuesto por la organización.

Está prohibido atajar, invadir carriles ajenos, circular en sentido contrario, obstaculizar deliberadamente a otros participantes o acceder a zonas no autorizadas.

Cuando existan carriles diferenciados por ritmo, categoría o estación, cada participante deberá utilizar el carril asignado o el que le indiquen los jueces.

La carrera a pie será en exterior, una vuelta de 500m alrededor del pabellón, al final de la vuelta habrá una pequeña cuesta pronunciada de unos 10m de longitud. La carrera élite serán 2 vueltas de 500m.

En caso de lluvia o inclemencia meteorológica se podrá correr por dentro del pabellón con vueltas de unos 300m, donde la categoría amateur pasaría a hacer 2 vueltas y la categoría élite 3 vueltas.

11. Normas generales de ejecución

Todos los participantes deberán completar los tramos y estaciones siguiendo el orden establecido. El incumplimiento del orden, la omisión de una estación, la omisión de vueltas o la ejecución incompleta del trabajo prescrito podrá generar penalización o descalificación.

El participante será responsable de conocer el recorrido, su número de vueltas, su estación correspondiente, el material que debe utilizar y el estándar técnico exigido.

La ayuda externa no autorizada estará prohibida. Se entenderá por ayuda externa cualquier asistencia física, entrega de material, nutrición, bebida, indicaciones técnicas no permitidas, sustitución de trabajo o empuje por parte de una persona ajena a la prueba.

La organización podrá permitir asistencia verbal general del público siempre que no interfiera en el desarrollo de la prueba ni suponga una ventaja material directa.

- No se podrá recibir material desde fuera del recorrido, salvo autorización expresa.
- No se podrá abandonar material en zonas no habilitadas.
- No se podrá manipular material de otro participante.

- No se podrá discutir de forma reiterada con jueces durante la ejecución de una estación.
- No se podrá continuar si el personal sanitario o Dirección de Carrera ordenan la retirada.

12. Estaciones funcionales: criterios comunes

Cada estación contará con un estándar técnico definido, una distancia o número de repeticiones, un material asignado y un procedimiento de entrada y salida.

Los jueces podrán validar repeticiones, indicar repeticiones no válidas, solicitar correcciones técnicas, aplicar advertencias, registrar penalizaciones o comunicar incidencias al responsable de estación.

Una repetición será válida cuando se cumpla de forma clara el rango de movimiento, posición inicial, posición final, control del material y criterio técnico establecido para la estación.

Una repetición será no válida cuando el movimiento sea incompleto, se realice con ayuda no permitida, no alcance el estándar, se ejecute fuera de zona, use material incorrecto o suponga ventaja indebida.

13. Estándares técnicos de las estaciones

Los estándares técnicos definitivos se publicarán en la guía técnica del evento o en el briefing oficial. En caso de discrepancia entre materiales informativos, prevalecerá la versión más reciente comunicada por la organización.

A continuación se incluye una estructura ampliada para definir cada estación. Los campos pendientes deberán completarse con los movimientos finales elegidos por HYRACE.

13.1 Estación 1: SKIERG

La Estación 1 consistirá en el uso del SkiErg, un ejercicio realizado de pie en el que el participante ejecuta tracciones simultáneas con ambos brazos desde una posición de extensión completa por encima de la cabeza hasta la finalización del tirón a la altura de las caderas. . El participante deberá realizar la distancia, repeticiones o trabajo indicado para su categoría antes de abandonar la zona de estación.

Elemento	Regla propuesta / campo editable
Trabajo a completar	Amateur 600 m Elite 1000 m
Material	Ergómetro Skierg
Inicio válido	El participante deberá iniciar desde la posición marcada en la normativa del ejercicio.

Ejecución válida	Cada repetición o tramo será válido cuando se cumpla el estándar técnico definido.
Errores frecuentes	rango incompleto, material mal colocado, pasos extra, invasión de carril, etc.
Finalización	La estación finalizará cuando el juez confirme el trabajo completado o cuando el sistema registre la distancia/repeticiones válidas.

- El participante deberá seguir las instrucciones del juez de estación.
- La organización podrá invalidar cualquier ejecución que aporte una ventaja evidente o comprometa la seguridad.
- El abandono de la estación antes de completar el trabajo podrá implicar penalización o descalificación.

13.2 Estación 2: SLEED PUSH - PULL

La Estación 2 consistirá en realizar recorridos de ida mediante el empuje de un trineo y de vuelta mediante su arrastre utilizando cuerdas tipo TRX. El participante deberá completar la distancia, repeticiones o el trabajo indicado para su categoría antes de abandonar la zona de estación.

Elemento	**Regla propuesta / campo editable**
Trabajo a completar	75 m
Material	Peso total por categoría de: - Amateur / Femenino 70 kg / Masculino 100 kg - Elite / Femenino 100 kg / Masculino 150 kg
Inicio válido	El participante deberá iniciar desde la posición marcada en la normativa del ejercicio.
Ejecución válida	Cada repetición o tramo será válido cuando se cumpla el estándar técnico definido.
Errores frecuentes	rango incompleto, material mal colocado, pasos extra, invasión de carril, etc.]
Finalización	La estación finalizará cuando el juez confirme el trabajo completado o cuando el sistema registre la distancia/repeticiones válidas.

- El participante deberá seguir las instrucciones del juez de estación.
- La organización podrá invalidar cualquier ejecución que aporte una ventaja evidente o comprometa la seguridad.
- El abandono de la estación antes de completar el trabajo podrá implicar penalización o descalificación.

13.3 Estación 3: BURPEES BROAD JUMP

La Estación 3 consistirá en realizar burpees, iniciando con el contacto del pecho en el suelo. Al levantarse, el participante deberá ejecutar un salto hacia delante con ambos pies paralelos, tanto en la salida como en la recepción del salto para el desplazamiento dentro de la zona. El participante deberá completar la distancia, repeticiones o el trabajo indicado para su categoría antes de abandonar la zona de estación.

Elemento	Regla propuesta / campo editable
Trabajo a completar	80 m
Material	Cada uno su peso corporal
Inicio válido	El participante deberá iniciar desde la posición marcada en la normativa del ejercicio.
Ejecución válida	Cada repetición o tramo será válido cuando se cumpla el estándar técnico definido.
Errores frecuentes	rango incompleto, material mal colocado, pasos extra, invasión de carril, etc.]
Finalización	La estación finalizará cuando el juez confirme el trabajo completado o cuando el sistema registre la distancia/repeticiones válidas.

- El participante deberá seguir las instrucciones del juez de estación.
- La organización podrá invalidar cualquier ejecución que aporte una ventaja evidente o comprometa la seguridad.
- El abandono de la estación antes de completar el trabajo podrá implicar penalización o descalificación.

13.4 Estación 4: Remo

La Estación 4 consistirá en el uso del remo ergómetro, un ejercicio realizado en asiento móvil que implica la coordinación de todo el cuerpo. El participante deberá ejecutar el gesto de forma fluida, iniciando la tracción con las piernas, continuando con la activación del tronco y finalizando con el tirón de los brazos, haciendo que la cadena de la máquina se desplace de manera controlada. El participante deberá completar la distancia, repeticiones o el trabajo indicado para su categoría antes de abandonar la zona de estación.

Elemento	Regla propuesta / campo editable
Trabajo a completar	Amateur 600 m Elite 1000 m
Material	Ergómetro Remo
Inicio válido	El participante deberá iniciar desde la posición marcada en la normativa del ejercicio.
Ejecución válida	Cada repetición o tramo será válido cuando se cumpla el estándar técnico definido.
Errores frecuentes	rango incompleto, material mal colocado, pasos extra, invasión de carril, etc.]
Finalización	La estación finalizará cuando el juez confirme el trabajo completado o cuando el sistema registre la distancia/repeticiones válidas.

- El participante deberá seguir las instrucciones del juez de estación.
- La organización podrá invalidar cualquier ejecución que aporte una ventaja evidente o comprometa la seguridad.
- El abandono de la estación antes de completar el trabajo podrá implicar penalización o descalificación.

13.5 Estación 5: FARMER CARRY

La Estación 5 consistirá en el transporte de dos kettlebells, una en cada mano, mediante el ejercicio de farmer carry a lo largo del recorrido establecido. El participante deberá desplazarse manteniendo una postura estable, el tronco erguido y los brazos extendidos a los lados, evitando balanceos excesivos de la carga. El participante deberá completar la distancia, repeticiones o el trabajo indicado para su categoría antes de abandonar la zona de estación.

Elemento	Regla propuesta / campo editable
Trabajo a completar	Amateur 100 m Elite 200 m
Material	2 kettlebells una a cada mano diferenciadas por género tal que así: - Femenino 16 kg - Maculino 24 kg
Inicio válido	El participante deberá iniciar desde la posición marcada en la normativa del ejercicio.
Ejecución válida	Cada repetición o tramo será válido cuando se cumpla el estándar técnico definido.
Errores frecuentes	rango incompleto, material mal colocado, pasos extra, invasión de carril, etc.]
Finalización	La estación finalizará cuando el juez confirme el trabajo completado o cuando el sistema registre la distancia/repeticiones válidas.

- El participante deberá seguir las instrucciones del juez de estación.
- La organización podrá invalidar cualquier ejecución que aporte una ventaja evidente o comprometa la seguridad.
- El abandono de la estación antes de completar el trabajo podrá implicar penalización o descalificación.

13.6 Estación 6: BOX JUMP / STEP UP

La Estación 6 consistirá en la realización de box jump / step up, donde el participante deberá superar el cajón mediante saltos o mediante subidas controladas, según la opción elegida, manteniendo siempre una ejecución segura y estable en cada repetición. El participante deberá completar la distancia, repeticiones o el trabajo indicado para su categoría antes de abandonar la zona de estación.

Elemento	Regla propuesta / campo editable
Trabajo a completar	Altura de 60 cm
Material	Cajón pliométrico
Inicio válido	El participante deberá iniciar desde la posición marcada en la normativa del ejercicio.
Ejecución válida	Cada repetición o tramo será válido cuando se cumpla el estándar técnico definido.
Errores frecuentes	rango incompleto, material mal colocado, pasos extra, invasión de carril, etc.]
Finalización	La estación finalizará cuando el juez confirme el trabajo completado o cuando el sistema registre la distancia/repeticiones válidas.

- El participante deberá seguir las instrucciones del juez de estación.
- La organización podrá invalidar cualquier ejecución que aporte una ventaja evidente o comprometa la seguridad.
- El abandono de la estación antes de completar el trabajo podrá implicar penalización o descalificación.

13.7 Estación 7: SANDBAG LUNGES

La Estación 7 consistirá en la realización de sandbag lunges, donde el participante deberá avanzar mediante zancadas alternas portando un saco de arena, manteniendo el tronco erguido, el control del core y una técnica estable en cada repetición. La rodilla trasera deberá tocar al suelo en cada zancada, garantizando un rango de movimiento completo y controlado. El participante deberá completar la distancia, repeticiones o el trabajo indicado para su categoría antes de abandonar la zona de estación.

Elemento	Regla propuesta / campo editable
Trabajo a completar	100 m
Material	1 saco de arena con el peso por género tal que así: - Femenino 15 kg - Maculino 25 kg
Inicio válido	El participante deberá iniciar desde la posición marcada en la normativa del ejercicio.
Ejecución válida	Cada repetición o tramo será válido cuando se cumpla el estándar técnico definido.
Errores frecuentes	rango incompleto, material mal colocado, pasos extra, invasión de carril, etc.]
Finalización	La estación finalizará cuando el juez confirme el trabajo completado o cuando el sistema registre la distancia/repeticiones válidas.

- El participante deberá seguir las instrucciones del juez de estación.
- La organización podrá invalidar cualquier ejecución que aporte una ventaja evidente o comprometa la seguridad.
- El abandono de la estación antes de completar el trabajo podrá implicar penalización o descalificación.

13.8 Estación 8: WALL BALLS

La Estación 8 consistirá en la realización de wall balls, donde el participante deberá ejecutar sentadillas completas mientras lanza una pelota medicinal a un objetivo en pared. Cada repetición deberá incluir una sentadilla con la cadera por debajo de la línea de la rodilla y un lanzamiento controlado hacia el objetivo, recepcionando la pelota para continuar el movimiento de forma fluida. El participante deberá completar la distancia, repeticiones o el trabajo indicado para su categoría antes de abandonar la zona de estación.

Elemento	Regla propuesta / campo editable
Trabajo a completar	Amateur 50 repeticiones Elite 100 repeticiones
Material	1 wall balls con el peso por género tal que así: - Femenino 4 kg - Maculino 6 kg
Inicio válido	El participante deberá iniciar desde la posición marcada en la normativa del ejercicio.

Ejecución válida	Cada repetición o tramo será válido cuando se cumpla el estándar técnico definido.
Errores frecuentes	rango incompleto, material mal colocado, pasos extra, invasión de carril, etc.]
Finalización	La estación finalizará cuando el juez confirme el trabajo completado o cuando el sistema registre la

	distancia/repeticiones válidas.

- El participante deberá seguir las instrucciones del juez de estación.
- La organización podrá invalidar cualquier ejecución que aporte una ventaja evidente o comprometa la seguridad.
- El abandono de la estación antes de completar el trabajo podrá implicar penalización o descalificación.

14. Modalidad Individual

En la modalidad Individual, cada participante completará por sí mismo todos los tramos de carrera y todas las estaciones funcionales asignadas a su categoría.

No estará permitido recibir ayuda física de otros participantes, acompañantes, entrenadores o espectadores. La asistencia verbal general será tolerada siempre que no interfiera en la prueba ni suponga instrucciones contrarias al reglamento.

El resultado final será el tiempo total registrado desde la salida oficial hasta el cruce de meta o finalización validada de la última estación, incluyendo penalizaciones aplicables.

15. Modalidad Parejas

En la modalidad Parejas, dos participantes formarán un equipo indivisible a efectos de inscripción, salida, ejecución, clasificación y penalizaciones.

La organización establecerá la dinámica de competición del equipo, que podrá incluir el reparto de estaciones o el trabajo conjunto en función de la modalidad. Estas condiciones se detallarán en la guía técnica oficial.

El tramo de carrera deberá realizarse de forma obligatoriamente conjunta, no permitiéndo en ningún caso una separación superior a 10 metros entre los miembros del equipo durante los desplazamientos.

En las estaciones de trabajo, los participantes podrán repartirse el volumen de ejercicio según su criterio, siempre que se respeten las normas específicas de cada estación y el estándar de movimiento establecido.

El incumplimiento de las distancias en carrera, así como la ejecución indebida del trabajo o el incumplimiento de las normas de estación, podrá conllevar sanciones. Las penalizaciones aplicadas a un miembro del equipo afectarán al resultado final del mismo.

16. Modalidad Relevos

En la modalidad Relevos, el equipo estará compuesto por el número de integrantes definido por la organización. Cada integrante asumirá los tramos o estaciones asignados conforme al formato oficial.

El relevo solo podrá realizarse en las zonas habilitadas. Cualquier intercambio fuera de zona, sustitución no autorizada o participación de una persona no inscrita podrá implicar descalificación del equipo.

La organización podrá establecer un orden obligatorio de participación, un reparto libre o un sistema mixto. El formato definitivo deberá comunicarse antes de la salida.

Todos los miembros del equipo deberán estar correctamente identificados y localizables en la zona de relevos en el momento que les corresponda participar.

El orden de las pruebas se decidirá en ese momento, salvo para la modalidad mixta (ya que chicos y chicas tienen diferentes pesos) No es necesario especificar el orden en relevos masculinos o relevos femeninos.

La recomendación sería 1,2,3,4,1,2,3,4.

17. Modalidad Fuerza Individual

La modalidad Fuerza Individual estará orientada a participantes que deseen competir en una versión con mayor componente de carga, fuerza o exigencia muscular.

Esta modalidad podrá modificar pesos, repeticiones, estaciones, descansos o criterios de clasificación respecto al formato estándar. La organización deberá publicar una ficha técnica específica para esta modalidad.

La participación en Fuerza Individual exigirá especial responsabilidad por parte del participante, que deberá valorar su experiencia previa en entrenamiento de fuerza y su capacidad para ejecutar movimientos con cargas de forma segura.

18. Modalidad Family

La modalidad Family tiene carácter participativo y estará diseñada para favorecer una experiencia deportiva compartida entre menores y adultos responsables.

Los menores deberán participar acompañados en todo momento por su padre, madre, tutor legal o adulto autorizado. La persona adulta asumirá la responsabilidad directa de supervisar al menor durante toda la actividad.

La organización podrá adaptar distancias, repeticiones, cargas, estaciones y nivel competitivo de esta modalidad, priorizando la seguridad, el disfrute y la educación deportiva por encima del rendimiento.

La modalidad Family podrá quedar excluida de la clasificación competitiva general, salvo que la organización establezca una clasificación específica no comparativa o de carácter recreativo.

- Edad orientativa: de 9 a 15 años, en dos categorías 9-10-11 y 12-13-14-15 salvo modificación oficial.
- Acompañamiento adulto obligatorio.
- Autorización firmada obligatoria para menores.
- La organización podrá retirar a cualquier menor si observa fatiga, miedo, conducta insegura o falta de supervisión.

19. Clasificación, resultados y premios

La clasificación se establecerá tomando como referencia el tiempo oficial registrado por el sistema de cronometraje, una vez aplicadas las penalizaciones, ajustes o descalificaciones que correspondan.

Los resultados podrán publicarse de forma provisional durante o después del evento. La organización podrá revisar incidencias, reclamaciones, errores de chip, penalizaciones o decisiones técnicas antes de publicar la clasificación definitiva.

La organización determinará los premios, trofeos, reconocimientos o clasificaciones especiales aplicables a cada categoría. En caso de baja participación en una categoría, podrá agruparse con otra categoría compatible o declararse sin podio oficial.

Los premios no reclamados durante la ceremonia podrán gestionarse conforme a las instrucciones de la organización. Si no has podido recoger el premio el día de la prueba, deberás ponerte en contacto con la organización para acordar su recogida en la sede. En caso de no poder desplazarte, se buscará una solución alternativa.

Clasificación	Criterio	Premio / reconocimiento
General Individual Masculina	Mejores 3 tiempos oficiales con penalizaciones aplicadas	3 Trofeos
General Individual Femenina	Mejores 3 tiempos oficiales con penalizaciones aplicadas	3 Trofeos
Élite Masculina	Mejores 3 tiempos en categoría Élite	3 Trofeos
Élite Femenina	Mejores 3 tiempos en categoría Élite	3 Trofeos
Parejas	Mejores 3 tiempos por modalidad	3 Trofeos
Relevos	Mejores 3 tiempos por modalidad	3 Trofeos
Family	Criterio participativo o clasificación propia	Medalla para todos

20. Jueces, voluntariado y autoridad deportiva

HYRACE contará con jueces, responsables de estación, personal de recorrido, voluntariado, equipo sanitario, responsables logísticos y Dirección de Carrera.

Los jueces tendrán autoridad para validar o invalidar repeticiones, advertir al participante, solicitar correcciones, registrar incidencias y proponer penalizaciones. La Dirección de Carrera tendrá autoridad final para resolver descalificaciones, reclamaciones y situaciones no previstas.

Los participantes deberán obedecer las instrucciones del personal acreditado. La negativa a cumplir instrucciones de seguridad, circulación o ejecución podrá implicar penalización, retirada de la prueba o descalificación.

Las decisiones adoptadas en tiempo real por razones de seguridad serán de obligado cumplimiento inmediato, aunque el participante pueda presentar reclamación posterior conforme al procedimiento establecido.

21. Seguridad, asistencia sanitaria y emergencias

La organización adoptará medidas razonables para favorecer el desarrollo seguro del evento, incluyendo señalización, control de accesos, personal de apoyo, protocolos de evacuación, asistencia sanitaria y coordinación con servicios externos cuando proceda.

La presencia de medios sanitarios no elimina los riesgos inherentes a la práctica deportiva. Cada participante

asume los riesgos propios de la actividad y deberá actuar de forma prudente y responsable.

Cualquier participante que observe una emergencia, caída, lesión grave o situación de riesgo deberá avisar inmediatamente al personal más cercano. La ayuda a una persona en peligro prevalecerá sobre el resultado deportivo.

La organización podrá neutralizar, modificar, interrumpir o cancelar total o parcialmente la prueba por causas meteorológicas, técnicas, sanitarias, de seguridad, fuerza mayor o indicación de las autoridades competentes.

22. Seguro, exención de responsabilidad y riesgos inherentes

La organización dispondrá de los seguros exigibles conforme a la normativa aplicable y a las autorizaciones necesarias para la celebración del evento, previa autorización de la Concejalía de Deportes.

La participación en HYRACE implica la aceptación de riesgos propios de una actividad deportiva exigente: caídas, golpes, fatiga, mareos, lesiones musculares, sobrecargas, rozaduras, contacto accidental, uso de material deportivo, interacción con otros participantes y condiciones del recinto.

La organización no será responsable de daños derivados de la falta de preparación física, incumplimiento del reglamento, imprudencia del participante, ocultación de información médica, uso incorrecto del material, desobediencia a jueces o participación bajo condiciones no recomendadas.

Lo anterior se entenderá sin perjuicio de las responsabilidades que legalmente correspondan y de las coberturas de seguro aplicables.

Una semana antes del evento se incluirán en este reglamento los datos de la póliza, aseguradora y procedimiento para comunicar siniestros.

23. Material permitido y material prohibido

Los participantes deberán utilizar ropa deportiva adecuada, calzado cerrado y elementos que no comprometan su seguridad ni la de terceros.

La organización podrá prohibir cualquier elemento que suponga riesgo, ventaja indebida, interferencia con el cronometraje, daño al material, obstáculo para otros participantes o dificultad para la labor de jueces y sanitarios.

Los objetos personales deberán portarse bajo responsabilidad del participante. La organización podrá habilitar consigna, sin asumir responsabilidad por pérdida, robo o deterioro salvo que legalmente proceda.

23.1 Material permitido, salvo comunicación contraria

- Ropa deportiva adecuada a la actividad.
- Calzado deportivo cerrado.
- Rodilleras, muñequeras o cinturón deportivo no rígido.

- Guantes deportivos sin sistemas de agarre mecánico.
- Reloj deportivo siempre que no interfiera en la prueba.
- Botella blanda o flask si la organización lo permite.
- Medicación personal imprescindible, comunicada previamente si procede.

23.2 Material prohibido, salvo autorización expresa

- Auriculares o dispositivos que limiten la audición de instrucciones.
- Cámaras corporales, palos de selfie o dispositivos de grabación que puedan interferir.
- Elementos cortantes, rígidos, punzantes o que puedan lesionar a terceros.
- Sustancias, sprays, magnesio o adhesivos no autorizados.
- Ayudas mecánicas no permitidas, correas de tracción o straps.
- Teléfonos en mano durante la ejecución, salvo autorización por causa médica.
- Cualquier elemento que la organización considere inseguro.

24. Hidratación, avituallamiento y asistencia externa

La organización podrá habilitar puntos de hidratación o avituallamiento en las zonas indicadas. El uso de dichos puntos deberá realizarse sin obstaculizar el paso de otros participantes.

No se permitirá recibir hidratación, nutrición, material o asistencia física de personas externas fuera de los puntos autorizados. La infracción podrá considerarse asistencia externa y conllevar penalización.

Los residuos deberán depositarse exclusivamente en los contenedores habilitados. Tirar basura en el recorrido, zonas de transición o estaciones podrá ser sancionado.

Por razones de seguridad, la organización podrá prohibir verter agua en el suelo, utilizar líquidos para enfriamiento corporal en zonas no habilitadas o transportar envases que puedan generar caídas.

25. Penalizaciones

Las penalizaciones tienen como finalidad preservar la seguridad, la igualdad competitiva y el cumplimiento del reglamento. Podrán consistir en advertencia, repetición no válida, repetición de tramo, suma de tiempo, pérdida de clasificación, descalificación o retirada de la prueba.

Las penalizaciones podrán imponerse durante la prueba o tras su finalización, cuando se revise información de jueces, cronometraje, vídeo, reclamaciones, incidencias o registros internos.

La organización aplicará criterios de proporcionalidad, pero las infracciones graves, reiteradas, intencionadas o peligrosas podrán conllevar descalificación directa.

La ignorancia del reglamento, el desconocimiento del recorrido o la falta de atención al briefing no eximirán del cumplimiento de las normas.

25.1 Tabla resumen de penalizaciones propuesta

Código	Infracción	Consecuencia
P01	No presentarse en cámara de salida a tiempo	Reubicación, salida fuera de clasificación o DNS
P02	Salir en tanda incorrecta sin autorización	Penalización o descalificación
P03	No llevar chip/dorsal/pulsera correctamente	Resultado inválido, penalización o DNS

P04	Omitir vuelta o tramo de carrera	Sanción de 10 min
P05	Omitir una estación completa	Descalificación
P06	Realizar estaciones en orden incorrecto	Sanción de 3 min
P07	Abandonar estación antes de completar trabajo	Sanción de 3 min
P08	Repetición técnicamente no válida	No rep o penalización específica
P09	Uso de peso/material incorrecto	Repetición con material correcto o DQ
P10	Invadir carril o interferir a otro participante	Advertencia, penalización o DQ
P11	Recibir asistencia externa no autorizada	Sanción 3 minutos
P12	Tirar basura fuera de zona habilitada	Sanción 3 minutos
P13	Conducta antideportiva o falta de respeto	Penalización, DQ o expulsión del recinto
P14	No obedecer instrucciones de seguridad	DQ o retirada inmediata
P15	Manipular material, chip o señalización	DQ
P16	Participar con identidad distinta a la inscrita	DQ y posible anulación de inscripción

26. Descalificación y retirada de la prueba

La descalificación implica la exclusión de la clasificación y la pérdida de cualquier derecho deportivo asociado a la prueba. La persona descalificada deberá abandonar el recorrido si así se lo indica la organización.

Serán causas de descalificación, entre otras: omisión deliberada de partes del recorrido, conducta peligrosa, agresión verbal o física, ayuda externa relevante, suplantación de identidad, manipulación del cronometraje, incumplimiento grave de instrucciones o negativa a abandonar la prueba cuando sea requerido.

La retirada voluntaria deberá comunicarse al personal de organización para evitar búsquedas innecesarias, errores de clasificación o activación de protocolos de emergencia.

La retirada médica será obligatoria cuando el equipo sanitario o la Dirección de Carrera consideren que continuar supone un riesgo para el participante o para terceros.

27. Reclamaciones e incidencias

Los participantes podrán presentar reclamaciones sobre resultados, penalizaciones o incidencias conforme al procedimiento y plazo definidos por la organización al juez de competición.

La reclamación deberá formularse de manera respetuosa, indicando nombre, dorsal, categoría, motivó, prueba o referencia y datos de contacto. No se admitirán reclamaciones anónimas, ofensivas o manifiestamente infundadas.

La Dirección de Carrera revisará la información disponible y emitirá una resolución. La resolución podrá confirmar, modificar o anular una penalización, corregir resultados o mantener la decisión inicial.

El plazo ordinario para presentar reclamaciones será de 30 minutos desde publicación provisional o 24/48 horas tras el evento.

28. Derechos de imagen, comunicación y uso promocional

El evento podrá ser fotografiado, grabado y difundido por la organización, medios acreditados, patrocinadores o proveedores autorizados con fines informativos, promocionales, deportivos y de memoria del evento.

La inscripción podrá incluir la autorización para el uso de la imagen del participante en fotografías, vídeos, redes sociales, web, cartelería, notas de prensa, material audiovisual y comunicaciones relacionadas con HYRACE, HYBRID ELCHE y CLUB DEPORTIVO TIRO DE PICHÓN, sin perjuicio de los derechos que correspondan conforme a la normativa aplicable.

En el caso de menores, la autorización de derechos de imagen deberá ser otorgada por sus representantes legales mediante el documento específico habilitado por la organización.

Cualquier limitación o solicitud relacionada con derechos de imagen deberá comunicarse por escrito a la organización antes del evento mediante el canal indicado.

29. Protección de datos

Los datos personales de los participantes serán tratados por la entidad organizadora con la finalidad de gestionar la inscripción, participación, cronometraje, clasificación, comunicación del evento, seguridad, seguros, servicios asociados y obligaciones legales aplicables.

La base jurídica, los destinatarios, el plazo de conservación, los derechos de las personas interesadas y el contacto del responsable del tratamiento deberán detallarse en la política de privacidad oficial del evento.

Cuando se traten datos de menores, la organización deberá recabar las autorizaciones correspondientes de padres, madres o tutores legales.

Los participantes podrán ejercer sus derechos de acceso, rectificación, supresión, oposición, limitación y portabilidad conforme a la normativa aplicable, mediante el canal oficial indicado por la organización.

Reglamento (UE) 2016/679 (RGPD) - Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales (LOPDGDD).

El responsable del tratamiento de sus datos de carácter personal es la Sociedad Deportiva Tiro de Pichón con CIF G03067246 y domicilio en: Partida Algorós 30, P2, 03293 Elche. Contacto con eventos@tiropichon.com

La finalidad del tratamiento es la gestión del evento HYRACE..

La legitimación para realizar dicho tratamiento está basada en el ejercicio de poderes públicos conferidos al responsable del tratamiento (art. 6.1.e RGPD). Sus datos podrán ser comunicados a las entidades públicas y/o privadas competentes, organizadoras e/o intervinientes en las actividades, y en los supuestos previstos por la Ley. Sus datos serán conservados durante el periodo establecido por el tratamiento, la legislación aplicable y los requerimientos aplicables a la conservación de información por parte de la AP.

Derechos: acceso, rectificación, supresión, oposición, limitación del tratamiento, portabilidad y (en su caso) retirada del consentimiento prestado. Puede consultarlo en nuestra página web www.hyrace.es

30. Modificaciones del reglamento, suspensión y fuerza mayor

La organización se reserva el derecho de modificar el presente reglamento, recorrido, horarios, salidas, categorías, estaciones, pesos, distancias o cualquier aspecto operativo cuando lo considere necesario por razones de seguridad, logística, meteorología, disponibilidad de material, indicaciones administrativas o fuerza mayor.

Las modificaciones se comunicarán por los medios oficiales disponibles. En situaciones de urgencia, podrán comunicarse verbalmente durante el briefing, por megafonía, por jueces o mediante señalización en el recinto.

En caso de condiciones meteorológicas adversas el principal factor correctivo será la modificación de la distancia de carrera a pie, afectando al recorrido y a la distancia, pudiendo ser eliminada en su totalidad o modificada en el interior del recinto cubierto. Por lo que, la prueba podría pasar a ser una prueba de modalidad FUERZA.

La suspensión, aplazamiento o cancelación total o parcial del evento por causas ajenas a la organización se gestionará conforme a las condiciones particulares de inscripción, normativa aplicable y decisiones adoptadas por la entidad organizadora.

Ningún participante tendrá derecho a exigir el mantenimiento de una estación, recorrido, horario o formato si la organización considera necesaria su modificación por seguridad o correcto desarrollo del evento.

31. Normas de conducta y juego limpio

Todas las personas participantes deberán comportarse con respeto, honestidad y deportividad. HYRACE no tolerará conductas violentas, discriminatorias, amenazantes, insultos, acoso, intimidación, trampas, manipulación de resultados o interferencias deliberadas.

La mala conducta podrá sancionarse aunque se produzca antes o después de la carrera, en zonas de calentamiento, entrega de dorsales, meta, redes sociales del evento o cualquier espacio vinculado a HYRACE.

La organización podrá expulsar del recinto a participantes, acompañantes o espectadores que alteren el orden, pongan en riesgo a terceros o incumplan las instrucciones del personal acreditado.

La participación en HYRACE supone aceptar un compromiso de juego limpio y respeto al resto de personas implicadas en el evento.

32. Aceptación final

La inscripción y participación en HYRACE implican la aceptación íntegra del presente Reglamento Oficial, de sus anexos, de la política de privacidad, de las autorizaciones correspondientes y de las instrucciones complementarias emitidas por la organización.

El participante declara haber leído y comprendido las normas, asumir los riesgos propios de la actividad, comprometerse a competir de forma segura y respetuosa, y aceptar las decisiones de jueces y Dirección de Carrera dentro del ámbito deportivo del evento, en el momento exacto que se inscribe a la prueba.

Cualquier cuestión no prevista expresamente en este reglamento será resuelta por la organización de acuerdo con los principios de seguridad, equidad, proporcionalidad y buen funcionamiento de HYRACE

ANEXO IV. Declaración responsable del participante

El participante declara que los datos facilitados son veraces, que ha leído y acepta el Reglamento Oficial HYRACE, que participa voluntariamente, que conoce la exigencia física de la prueba y que se compromete a cumplir las instrucciones de la organización, jueces y personal sanitario.

Declara igualmente que se encuentra en condiciones físicas adecuadas para participar, que no competirá bajo los efectos de alcohol, drogas o sustancias que puedan alterar su capacidad, y que comunicará cualquier incidencia relevante antes o durante la prueba.