

## REGLAMENTO OFICIAL – CARRERA HÍBRIDA FUNCIONAL

### 1. Descripción del evento

La prueba consiste en una carrera híbrida de 4 kilómetros intercalados con ejercicios funcionales. La primera salida será de 800 metros de carrera. Posteriormente, entre cada estación de ejercicio, los participantes deberán correr 400 metros. Tras completar el último ejercicio funcional se finalizará directamente en la línea de meta, no existiendo tramo final adicional de carrera.

### 2. Ejercicios funcionales

Durante la prueba se realizarán los siguientes ejercicios, en orden indiferente según organización:

- Wall Ball
- Salto al cajón (Box Jump)
- Farmer Carry
- Burpee con Broad Jump (combinado)
- Assault Bike
- Esquí (Ski Erg)
- Remo (Row Erg)
- Sandbag (transporte o cargada de saco)
- Slamball (lanzamiento de balón al suelo)

### 3. Normas generales

Todos los participantes deberán completar cada estación antes de continuar la prueba. Las repeticiones deberán realizarse correctamente bajo supervisión de la organización. Está prohibida la ayuda externa y se deberá respetar el recorrido y a los demás participantes.

### 4. Seguridad

La organización dispondrá de asistencia básica. Cualquier participante que sufra mareo, lesión o malestar deberá abandonar la prueba y avisar a la organización.

### 5. Clasificación

La clasificación se establecerá por tiempo total empleado en completar todo el recorrido y los ejercicios. Podrán establecerse categorías según determine la organización.

### 6. Aceptación del reglamento

La inscripción en la prueba implica la aceptación del presente reglamento y la declaración de aptitud física para participar en la misma.

### 7. Política de inscripciones y cambios

No se admitirán devoluciones del importe de la inscripción bajo ningún concepto, incluidos motivos logísticos, personales o de cualquier otra índole.

No obstante, se permitirá el cambio de titularidad de la inscripción (cambio de nombre) hasta un día antes de la celebración de la carrera, previa comunicación a la organización.

Asimismo, se ofrecerá la posibilidad de transferir la inscripción a la siguiente competición organizada por la entidad, en las condiciones y plazos que esta determine.