



REGOLAMENTO GARA QUALIFICANTE MONDIALI UNAA – Urbana 9 e 10 marzo 2024

PRESENTAZIONE

Il gruppo Fera Tenaci OCR players in collaborazione con Sport Planet ssdrl con sede in Via del lavoro nord – Urbana (PD) organizza la gara qualificante per le finali mondiali marchiati UNAA gara Ninja/sospensioni su strutture artificiali.

La stessa verrà svolta presso la sede della palestra Sport Planet in Urbana (PD) il 9 marzo 2024 per i kids e 10 marzo 2024 per gli adulti. Completamente indoor.

Il percorso si snoderà come descritto di seguito nel rispetto del regolamento UNAA per il 2024. E qualificherà direttamente alla UNAA World Series Finals – Anaheim, California – 24/28 luglio 2024.

Possono iscriversi gli atleti dall'età di anni 8 in possesso di certificato medico sportivo per l'attività agonistica valido almeno fino al 11 marzo 2024

PERCORSO:

FIVE STEPS

ROLLER – lunghezza prova cm 182

ROPE “TIROLESE”- lunghezza prova cm 600

RIG ANELLI – lunghezza percorso cm 600

PEG BOARD – lunghezza percorso cm 182

ROPE CLIMB – altezza cm 366

CORSA 30 metri

FIVE STEPS

BALANCE BEAM – Lunghezza percorso cm 305

GRIPS – Lunghezza percorso cm 610

MONKEY BAR – Lunghezza percorso cm 609

ROPE CLIMB – altezza cm 366

CORSA 30 metri

FIVE STEPS

ROLLER – lunghezza prova cm 182

CLIFF HANGER – Lunghezza cm 488

ROPE “TIROLESE”- lunghezza prova cm 600 cm

RIG ANELLI – lunghezza percorso cm 600

ROPE CLIMB – altezza cm 366

CORSA 30 metri – BUZZ e fine percorso



INGAGGIO, ESECUZIONE E SUPERAMENTO DI OGNI OSTACOLO

Five steps

- L'atleta inizia dal primo step
- È consentito anche l'utilizzo delle mani
- Concluso l'esercizio aspetta il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Roller

- L'atleta dovrà salire sul roller con entrambe i piedi prima della linea di partenza.
- Il roller non dovrà avanzare prima che l'atleta non sarà salito con entrambe i piedi
- L'atleta dovrà avanzare in equilibrio sul roller con il solo utilizzo dei piedi e dovrà procedere fino al completo superamento della linea di fine del percorso.
- Il roller dovrà superare completamente la linea di fine del percorso
- Concluso l'esercizio aspetta il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

"Tirolese"

- L'atleta dovrà partire dalla pedana dedicata con le mani prima del nastro.
- Possono essere usati sia mani che piedi
- Si dovrà percorrere l'intero ostacolo senza che nessuna parte del corpo tocchi terra.
- L'ostacolo verrà concluso con l'atterraggio sulla pedana d'arrivo
- Concluso l'esercizio aspetta il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Anelli

- L'atleta partirà dall'apposita pedana di partenza
- Si ingaggerà il primo anello e entrambe i piedi dovranno essere staccati da terra prima di impugnare il secondo anello
- Tutti gli anelli dovranno obbligatoriamente essere usati.
- Non è consentito l'utilizzo dei piedi
- E' consentito il tocco ed utilizzo del solo anello. E' vietato l'utilizzo della fettuccia.
- L'ostacolo sarà concluso al suono della campanella con una mano all'ultimo anello.
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Grips

- L'atleta partirà dall'apposita pedana di partenza
- Si ingaggerà la prima presa e entrambe i piedi dovranno essere staccati da terra prima di impugnare la seconda
- Possono essere usate entrambe le mani
- Non è consentito l'utilizzo delle fettucce e/o catene
- L'ostacolo sarà concluso al suono della campanella
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire



Peg board

- L'atleta dovrà aggrapparsi ai pioli alla partenza e staccare entrambe i piedi prima di proseguire
- Si dovrà proseguire per tutta la lunghezza dell'ostacolo fino ad inserire i pioli sui fori segnati.
- E' consentita solo la tecnica frontale.
- E' consentito saltare i fori
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Rope Climb

- L'atleta potrà risalire la corda con l'utilizzo delle sole mani o delle mani e gambe con qualsiasi tecnica.
- L'atleta dovrà suonare la campanella posta al top della corda con una mano, mentre l'altra "coprirà" il nastro apposto sulla corda stessa.
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per scendere e proseguire

Balance beam

- L'atleta dovrà percorrere tutta la lunghezza della trave fino alla fine per poi scendere alla pedana di atterraggio
- E' assolutamente vietato saltare prima dell'arrivo alla fine della trave
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Monkey bars

- L'atleta inizierà dalla prima barra per proseguire su tutte le barre con qualsiasi tecnica.
- Ogni barra deve essere presa
- L'atleta dovrà suonare la campanella con mano sull'ultima barra
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Cliff Hanger

- L'atleta dovrà partire obbligatoriamente con le due mani prima del nastro.
- Si dovrà percorrere l'intero percorso fino ad arrivare all'ultima presa con 2 mani e suonare la campanella
- Aspettare il segnale di "CLEAN" dal giudice per proseguire

Run 30 metri

- L'atleta dovrà correre per la distanza di 30 metri all'interno del percorso segnalato

PUNTEGGIO E CLASSIFICA

Ogni partecipante, di tutte le categorie, sarà valutato su 2 parametri:

1° Superamento dell'ostacolo

2° Tempo

Ogni ostacolo avrà un solo tentativo. Ogni ostacolo superato assegna un punto per la classifica, l'ostacolo non superato assegnerà zero punti in classifica



L'atleta, concluso l'ostacolo indipendentemente che sia stato superato o meno, passerà al successivo fino alla conclusione del percorso.

Una volta concluso verranno indicati in classifica il numero di ostacoli conclusi positivamente, e il tempo totale.

L'atleta ha il tempo limite di 7 minuti per concludere il percorso, concluso il quale si fermerà e andrà in classifica con i punti collezionati entro quel tempo.

Qualifiche

I TOP 15 di ogni categoria al mondo si qualificheranno per:

- WNAG World Championship in Anaheim
- UNAA World Series Finals in Anaheim
- USA Ninja National Championship in Anaheim

I TOP 5 di ogni palestra internazionale si qualificheranno per:

- UNAA World Series Finals in Anaheim
- USA Ninja National Championship in Anaheim

UNAA WORLD QUALIFICATION RACE RULES – ITALY 9th March 2024(kids) – 10th March 2024 (adults)

PRESENTATION:

Fera Tenaci Team with Sport Planet will organize the qualification race for UNAA finals in Anaheim – California the 24th-28th July 2024.

The race is under UNAA rules and the course respect the UNAA standard.

GUIDELINES AND SPECIFICATIONS WNAG COURSE:

- Quintuple Steps
- 4" PVC Roller x 182 cm
- Horizontal rope traverse – 600cm
- Rings – 600 cm
- Peg Board- 182 cm
- Rope Climb- 366 cm
- 30 mt Run
- Quintuple Steps
- Balance Beam 300 cm
- Grips – 600 cm
- Laches –600 cm
- Rope Climb- 366 cm
- 30 mt Run
- Quintuple Steps
- 4" PVC Roller x 182 cm



- Cliff Hanger x 488 cm
- Horizontal rope traverse – 600 cm
- Rings- 600 cm
- Rope Climb- 366 cm
- 30 mt Run---hit buzzer

OBSTACLE DETAILS

Quintuple Steps

- You ARE allowed to Cat Grab the Top of Step if possible.
- All steps must use
- Wait the “clean” announce from referee

PVC Roller

- Athlete will go the total distance.
- Athlete must get on the pipe with both feet before the line, may not advance the pipe.
- Athlete must stay on the pipe until the pipe clears total distance required
- Wait the “clean” announce from referee

ROPE TRAVERSE

- Athlete must start on start platform and traverse rope.
- May use hands and feet, then must
- Finish by landing on finish platform , without touching the ground with any part of the body
- Wait the “clean” announce from referee

RINGS

-
- The athlete must use every ring.
- No skipping.
- Athlete must have one hand on Last ring and hit bell to complete obstacle.
- Wait the “clean” announce from referee

GRIPS

- Athletes must start from the platform
No grabbing chain or straps or eye bolt, ONLY the hold itself.
- Athlete must have one hand on last grip and hit bell to complete obstacle
- Wait the “clean” announce from referee



PEG BOARD

- Athlete may skip as many peg holes as they are able
- May only use one side of the pegboard.
- There are no other alternatives. Two pegs in start , two pegs in last holes to finish
- Wait the “clean” announce from referee

ROPE CLIMB

- Athlete must have one hand above the tape then ring the bell for completion.
- Any technique is allowed
- Wait the “clean” announce from referee

BALANCE BEAM

- Athlete must run long till the end
- And landing on the platform
- Wait the “clean” announce from referee

LACHES BARS

Lache technique, traverse, or Monkey bar form is allowed.

- Must have one hand on last bar and hit bell to complete the obstacle.
- Wait the “clean” announce from referee

CLIFF HANGER

- Two hands must start before the marked tape and then athlete moves across rail and two hands touch together side by side and past the required distance (marked by tape) and then must hit Bell to complete.
- No alternatives
- Wait the “clean” announce from referee

30 MT RUN

HOW AND RANKING

- Firstly =# of obstacles completed
- Secondly=Time of completion
- One obstacle means one point
- One attempt for any obstacle
- Time limit for the run is 7 mins.



QUAILIFYING:

The TOP 15 in each age category in the World and 1st Place at each Gym will qualify for:

- WNAG World Championships in Anaheim
- UNAA World Series Finals in Anaheim
- USA Ninja National Championships in Anaheim

The TOP 5 at each INTERNATIONAL gym will qualify for :

- UNAA World Series Finals in Anaheim
- USA Ninja National Championships in Anaheim