

## 7°ed. ITALY OBSTACLES RACE – 3° CASTLE ED.

14 giugno 2026 - ore 9:00 - BALSORANO (AQ)

Corsa ad ostacoli con percorso misto di 9+ km e superamento di 26 ostacoli di diversa tipologia (compreso attraversamenti in acqua).

Regolamento gare OCR standard per competitivi circuito nazionale OCRA Federazione Italiana Pentathlon Moderno

### COMPETITIVI

Al check-in ogni atleta competitivo (singolo o facente parte di una coppia mixed competitiva), dovrà consegnare liberatoria firmata (da scaricare sezione download) e riceverà in dotazione 4 bracciali da indossare al polso (un ulteriore bracciale check, non valido per il superamento ostacoli, sarà consegnato lungo il percorso), il numero pettorale e chip per il cronometraggio.

In gara, il mancato superamento di ogni ostacolo comporta come penalità la perdita di uno dei 4 bracciali iniziali.

Nel momento in cui un atleta dovesse perdere tutti i bracciali iniziali, l'atleta automaticamente passerà in categoria NON competitiva e le penalità previste diventeranno 15 burpees per ogni ostacolo non superato.

Tentativi e penalità previste in base alla tipologia degli ostacoli (istruzioni per il corretto superamento dell'ostacolo e verifica dell'esecuzione sarà ad insindacabile giudizio del marshall OCR SPECIALIST JUDGE):

Ostacoli verticali di salita: muri di ogni tipo, quarter pipe, rope climb, high hurdles e simili	Tentativi infiniti. In caso di rinuncia o mancato superamento perdita di un bracciale
Ostacoli orizzontali in sospensione da terra: monkey bars, tirolese, multi rig e simili	2 soli tentativi. In caso di mancato superamento perdita di un bracciale
Ostacoli di attraversamento: pozze d'acqua, passaggi sotto il filo spinato e simili	Tentativi infiniti. In caso di rinuncia o mancato superamento perdita di un bracciale
Ostacoli di forza: trasporti, hercules e trascinamenti e simili	Tentativi infiniti. In caso di rinuncia o mancato superamento perdita di un bracciale
Ostacoli di equilibrio: travi, balance, slack line e simili	Tentativi infiniti. In caso di rinuncia o mancato superamento perdita di un bracciale
Ostacoli lanci di precisione: giavellotto, lanci di fionde e simili	Tentativi infiniti. In caso di rinuncia o mancato superamento perdita di un bracciale



Ove previsto il 2° tentativo (ostacoli in sospensione) il tentativo successivo potrà essere effettuato tornando dietro la fila degli atleti eventualmente in attesa.

Ove previsti tentativi infiniti (ostacoli verticali, attraversamenti, forza, equilibrio, lanci, attraversamenti) i successivi tentativi oltre il primo potranno essere effettuati tornando dietro la fila degli atleti eventualmente in attesa.

Per alcuni ostacoli potrebbero essere previste differenze nelle regole di superamento fra uomini e donne.

**Classifica finale singoli competitivi:** classifica finale sarà stilata con priorità al numero di bracciali portati a traguardo (max 4, min 1), a parità di numero di bracciali, l'ordine di classifica sarà stilato in base al responso cronometrico.

Nel caso di nessun bracciale portato al traguardo l'atleta sarà comunque cronometrato.

**Regolamento coppie MIXED competitive:** entrambi i componenti della coppia dovranno oltrepassare contemporaneamente il traguardo. La classifica finale della coppia verrà calcolata in base al numero di bracciali TOTALI della coppia portati a traguardo (max 8 min 1).

Per far accedere la propria coppia in classifica almeno 1 dei componenti dovrà portare al traguardo min 1 braccialetto, a parità di numero di bracciali, ordine di classifica in base al responso cronometrico.

Ogni componente della coppia dovrà affrontare tutti gli ostacoli. In gara potranno collaborare tra loro con le seguenti modalità:

- Aiutarsi a vicenda in occasione degli ostacoli verticali di salita, ostacoli di forza, ostacoli di attraversamento e ostacoli di equilibrio. NON è possibile collaborare negli ostacoli di sospensione verticale e di lancio.
- In caso di fallimento di un ostacolo da parte di un componente della coppia che preveda il taglio del braccialetto, la coppia può decidere chi dei 2 debba tagliare il braccialetto indifferentemente da chi ha fallito l'ostacolo, il componente che rimane senza bracciali passa alle penalità dei 15 burpees che potranno essere suddivisi fra i componenti della coppia nella modalità ritenuta più opportuna.

**ATTENZIONE:** Gli iscritti alle categorie competitive dovranno essere in possesso di certificato medico agonistico in corso di validità alla data dell'evento. Se non già tesserati AICS 2025/2026, verranno tesserati per la durata dell'evento con apposita tessera riservata ai campionati nazionali e potranno concorrere all'assegnazione dei titoli italiani AICS 2026 disciplina sportiva OCR.



## CATEGORIE e PREMI PER I COMPETITIVI

- ASSOLUTI SINGOLI 1°-2°-3° uomini e donne
- ASSOLUTI COPPIE MIXED 1°-2°-3°

Per i singoli, dal 4° in poi si premiano gli AGE GROUP:

Cat. SM 15-17 / Cat. SF 15-17

Cat. SM 18-24 / Cat. SF 18-24

Cat. SM 25-29 / Cat. SF 25-29

Cat. SM 30-34 / Cat. SF 30-34

Cat. SM 35-39 / Cat. SF 35-39

Cat. SM 40-44 / Cat. SF 40-44

Cat. SM 45-49 / Cat. SF 45-49

Cat. SM 50-54 / Cat. SF 50-54

Cat. SM 55-59 / Cat. SF 55-59

Cat. 60+ / Cat. SF 60+

Ai primi classificati ASSOLUTI e in ogni categoria, saranno assegnati i titoli di Campione Nazionale 2026 AICS con la consegna delle medaglie ORO, ARGENTO e BRONZO.



Ai fini della qualificazione alla finale unica dell' 8 dicembre 2026 del circuito gare standard OCRA – FIPM, potranno qualificarsi alla finale gli atleti che avranno raggiunto il punteggio minimo di 10 punti attraverso i piazzamenti ottenuti con la partecipazione alle gare aderenti al circuito (con singola gara o somma dei risultati)

1° assoluto **QUALIFICA DIRETTA** con 20 punti, **PREMIO** sconto 100% iscrizione alla finale

2° assoluto **QUALIFICA DIRETTA** con 15 punti, **PREMIO** sconto 60% iscrizione alla finale

3° assoluto **QUALIFICA DIRETTA** con 12 punti, **PREMIO** sconto 50% iscrizione alla finale

1° Age Group qualifica **DIRETTA** con 10 punti, **PREMIO** sconto 40% iscrizione alla finale

Dal 2° Age Group in poi la qualifica avverrà al raggiungimento di 10 punti sommando quelli ottenuti nelle gare del circuito

2° Age Group 9 punti

3° Age Group 8 punti

4° Age Group 7 punti

5° Age Group 6 punti

6° Age Group 5 punti

7° Age Group 4 punti

8° Age Group 3 punti

9° Age Group 2 punti

10° Age Group 1 punto



## NON COMPETITIVI

Gli atleti e amatori NON competitivi riceveranno numero di pettorale e chip per il cronometraggio riceveranno un bracciale Check lungo il percorso ma non riceveranno i 4 bracciali utili per partecipare alla classifica valevole per l'assegnazione dei titoli nazionali.

Tutti gli ostacoli saranno a tentativi infiniti, in caso di fallimento avranno come penalità per il mancato superamento l'esecuzione di 15 burpees.

I NON competitivi dovranno dunque rispettare poche semplici regole:

- 1) Divertirsi;
- 2) Affrontare gli ostacoli rispettando le indicazioni e i suggerimenti dei marshall;
- 3) Collaborare nel superamento degli ostacoli ove consentito;
- 4) In caso di fallimento dell'ostacolo eseguire 15 burpees di penalità;
- 5) **Divertirsiiiiiiii.... ma forse lo avevamo già detto ;)**

LE PARTENZE COMPETITIVI E NON: saranno scaglionate in batterie max da 20 atleti.

La composizione delle batterie e gli orari di partenza saranno comunicate 2 giorni prima della gara.

