



LUPI DI SPARTA ASD  
Via Campone Sala 449, 47042  
Cesenatico (FC), ITALY  
 T: 3209255952



## "KILLER LUP SPRINT SUMMER ED 2023" - GARA VALEVOLE COME 3° TAPPA DEL CIRCUITO REGIONALE FIOCR COPPA ITALIA SPRINT EMILIA ROMAGNA

### REGOLAMENTO GARA

#### Percorso ed Ostacoli

Il percorso si svolge su terreno erboso pianeggiante, interamente delimitato da fettuccia, per una lunghezza complessiva di 500m.

In ottemperanza del regolamento FIOCR SPRINT LEAGUE 2022 il numero di ostacoli presenti è di 20, di cui 8 sospensioni (il 40% del totale) con lunghezza massima dei rig in sospensione di 6m.

L'ostacolo, si potrà eseguire con un massimo di tre (3) tentativi; se un concorrente non supera l'ostacolo dopo i tentativi, verrà applicata una penalità a tempo, ma potrà procedere oltre solo dopo i tre tentativi obbligatori.

L'ostacolo fallito potrà essere ritentato entro un tempo limite di 30 (trenta) secondi, al termine del quale verrà considerato un ulteriore tentativo fallito.

Gli ostacoli e le penalità previsti sono (ordine suscettibile di modifica):

OSTACOLO	PENALITA' (minuti)	OSTACOLO	PENALITA' (minuti)
1. Rig 1 START	4	11. Slack line	2
2. Equilibrio su tronchetti	2	12. Rig 3a	4
3. Muro 1,5m	2	13. Rig 3b	4
4. Muro 1,5m	2	14. Trave irlandese bassa	2
5. Rig 2a	4	15. Rig 4a	4
6. Muro 2,5m (Over/Under)	2	16. Balnace beam	2
7. Rig 2b	4	17. Rig 4b	4
8. Passo del giaguaro	2	18. Balance	2
9. Trave irlandese alta	2	19. Olympus	2
10. Rope	4	20. Quarter Pipe FINISH LINE	4

#### Ostacoli in sospensione

Ove non diversamente specificato valgono le seguenti regole per tutti gli ostacoli in sospensione:

- L'ostacolo si considera ingaggiato quando entrambi i piedi vengono staccati dal suolo.
- Negli ostacoli in sospensione è prevista una "zona di partenza" dalla quale ingaggiare l'ostacolo; questa zona **non può' essere superata da nessuno dei due piedi**. Il superamento della zona di partenza con la punta del piede è da considerarsi come una infrazione. Nel caso in cui l'ostacolo sia ingaggiato con tale infrazione l'ostacolo non è da considerare superato e si procede al tentativo successivo fino ad un massimo di 3 tentativi. Esauriti i tentativi a disposizione, verrà assegnata la penalità prevista e l'atleta procede nel percorso.



**LUPI DI SPARTA ASD**  
Via Campone Sala 449, 47042  
Cesenatico (FC), ITALY  
 T: 3209255952



## **Partenze e Timing**

Le partenze degli atleti avverranno ogni 2 minuti in modalità singola con n°1 giudice al seguito per ogni partecipante. Il rilevamento del tempo e la verifica delle infrazioni sugli ostacoli sarà a cura del giudice che segue l'atleta nel percorso. A fine prova, l'atleta dovrà firmare il report gara riportante i dettagli della prova stessa (tempo e penalità).

Nel caso che un atleta venga raggiunto da un altro atleta, questi dovrà cedere il passo e lasciare la precedenza nell'ingaggio degli ostacoli. Il giudice fermerà il rilevamento del tempo dell'atleta raggiunto e darà indicazioni sulla modalità di ripresa.

Per tutto ciò che non è stato espressamente indicato nel presente regolamento, si rimanda al Regolamento FIOCR Sprint 2023.  
(<https://federazioneitalianaocr.it/wp-content/uploads/2023/01/Regolamento-Sprint-2023-FIOCR.pdf>)



**Federazione  
Italiana O.C.R.**