

# REGOLAMENTO UFFICIALE K1 OCR CHALLENGE 2026



QUESTO DOCUMENTO CONTIENE I PUNTI IMPORTANTI DA CONOSCERE!!!

## Generale

Endas può di volta in volta modificare il presente Regolamento e redigere ulteriori Regole a sua assoluta discrezione avvisando per tempo debito i vari partecipanti/organizzatori alla gara

Tutti i partecipanti alla competizione sono tenuti a leggere e rispettare pienamente il presente regolamento e a partecipare con spirito competitivo.

Anche i partecipanti alla competizione in maniera non competitiva sono incoraggiati a rispettare il presente regolamento in vista futura di una possibile partecipazione allo stesso in forma competitiva

### PUNTI ALFABETICI DI REGOLAMENTO K1 OCR CHALLENGE 2025

#### A) Il campionato italiano ENDAS K1 OCR CHALLENGE

Il campionato viene svolto in Italia dalle ASD affiliate al progetto Endas Nazionale OCR riconosciuto da ENDAS NAZIONALE Ente di Promozione Sportiva Riconosciuto dal CONI e decreta il campione italiano di specialità K1 OCR CHALLENGE 2026.

#### B) Classifica e sistema di qualificazione – Gironi Geografici K1 OCR

Il sistema di punteggio non viene utilizzato per decretare il Campione Italiano K1 OCR, ma esclusivamente per la classifica dei gironi geografici e per la qualificazione alla Finale Nazionale.

Il campione e la campionessa verranno decretati il giorno della finale nazionale dove il più veloce a completare il percorso sarà decretato campione ITALIANO K1 OCR CHALLENGE 2026

La classifica di ciascun girone geografico qualificherà alla Finale i primi 20 uomini e le prime 20 donne, che avranno totalizzato il maggior numero di punti senza distinzione di categoria Age.

Modalità di assegnazione e somma dei punti

Partecipando a ogni tappa appartenente al proprio girone geografico, gli atleti otterranno punti in base al piazzamento finale.

I punti conquistati verranno sommati per determinare il ranking di girone e consentire l'ingresso nella rosa dei primi 20 atleti uomini e delle prime 20 atlete donne, qualificati alla Finale Nazionale K1 OCR.

È inoltre consentita la partecipazione a tappe fuori dalla propria regione o girone geografico: i punti ottenuti in tali gare verranno comunque sommati al ranking personale dell'atleta, sommandosi così alla classifica del proprio girone di appartenenza.

#### Premiazioni di tappa

Ogni ASD organizzatrice è libera di effettuare qualsiasi tipo di premiazione, purché:

- Abbia valore esclusivamente per la singola tappa
- sia assegnata a titolo della ASD organizzatrice
- non influisca sulla classifica generale dei gironi e sulle qualificazioni alla Finale

#### C) Sistema di assegnazione punti per singola tappa

1° classificato: 100 punti

2° classificato: 95 punti

3° classificato: 90 punti

4° classificato: 85 punti

5° classificato: 80 punti

6° classificato: 75 punti

7° classificato: 70 punti

8° classificato: 65 punti

9° classificato: 60 punti

10° classificato: 55 punti

Dall'11° al 20° posto: 50 punti

Dal 21° al 30° posto: 40 punti

Dal 31° al 40° posto: 30 punti

Dal 41° al 50° posto: 20 punti

Dal 51° posto in poi: 10 punti

**Agli atleti che non concluderanno il percorso entro il tempo stabilito o per abbandono, verrà assegnato 1 punto (Premio Fedeltà).**

## D) Tempo limite completamento gara

In ogni gara gli atleti avranno un tempo limite di 45 minuti per finire il circuito, oltre i 45 minuti l'atleta sarà squalificato ed avrà diritto ad un punto fedeltà.

## E) Percorsi gara/lunghezza

- La tappa finale del campionato nazionale K1 OCR challenge verrà disputata su un campo gara avente la distanza minima di 1000 metri e a distanza massima di 1200 metri
- Le singole tappe per la qualificazione alla finale devono avere una distanza minima di 800 metri (\*Una tolleranza inferiore del 20% in confronto alla tappa della finale)

\*Tale tolleranza e calcolata e permessa per permettere per facilitare le asd iscritte all'ente di promozione Endas nell'anno del campionato in corso, di ospitare una tappa circuito K1

## F) ostacoli/giudici/penalità.

Ogni circuito dovrà avere sul percorso di gara con minimo 20 ostacoli artificiali di diversa tipologia tra:

- Sospensioni
- Muri,
- Trasporti,
- Ostacoli di abilità

Per far sì che i partecipanti abbiano la possibilità di provare a pieno la bellezza del mondo ocr il campo deve avere sul percorso gara almeno un ostacolo per tipologia come elencato sopra, un percorso gara **NON PUO** essere composto solo da sospensioni, o solo da trasporti idem solo muri

Ogni ostacolo, o serie di ostacoli, dovrà essere presidiato da un numero di giudici di gara necessario in grado di gestire al meglio lo svolgimento della manifestazione.

Se un atleta fallisce il superamento dell'ostacolo sarà invitato dal giudice di gara nell'effettuare una penalità di:

**10** Burpees per tutti gli ostacoli: terrestri: abilità,

**20** Burpees per tutti i trasporti, le sospensioni e ostacolo della rope compresa

### Categorie ostacoli

**Cat 1** Ostacoli terrestri: **multi-tentativo.**

**Cat 2** Ostacoli aerei o in sospensione: **unico tentativo,**

**Cat 3** Ostacoli di equilibrio: **unico tentativo,**

**Cat 4** Ostacoli di abilità: **unico tentativo.**

Sara premura dell'organizzazione nel caso della presenza di ostacoli particolari specificare la loro categoria di appartenenza per quantificare il numero di Burpees necessari in caso di penalità

## A fine regolamento e presente la linea guida riguardo la difficoltà e relativa penalità degli ostacoli in sospensione

Si fa presente che l'attribuzione del numero di Burpees necessari allo svolgimento della penalità è stato attentamente calcolato sul tempo necessario al superamento dell'ostacolo e al tempo necessario all'esecuzione di 10/20 Burpees

Nota informativa

Attualmente **il record Mondiale nell'esecuzione di 25 Burpees** è di Tommy **Vu** con un tempo di **33,34 secondi.**

Al suo ritmo (circa 1,33 secondi per ripetizione), 10 Burpees richiederebbero circa **13,3 secondi.**

## G) Cronometraggio gara

Ogni organizzatore dovrà fornirsi di strumenti utili alla registrazione del tempo di gara di ogni singolo atleta. Non dovranno essere aggiunte penalità di tempo all'arrivo dell'atleta in corsa, ogni atleta avrà scontato le sue penalità agli ostacoli falliti con i relativi Burpees.

## H) Atleti scorretti.

Ogni giudice di gara potrà squalificare l'atleta o gli atleti che avranno comportamenti antisportivi e che non rispecchiano le linee guida dei manuali di superamento ostacoli.

Prima di ogni gara l'organizzatore avrà la premura di spiegare nei dettagli il modo corretto lo svolgimento della gara; quindi, sta all'atleta prestare attenzione nel momento in cui saranno dettate le regole del gioco.

### **I) Iscrizione alle tappe di campionato e prezzi per singola gara.**

Ogni organizzatore sarà libero di effettuare una prevendita biglietti partendo da prezzi in promozione di 25 euro.  
**Non è previsto un pass stagionale per questo campionato.**

### **L) Info iscrizione gara**

Tutte le informazioni riguardanti le iscrizioni alle tappe saranno fornite dalle ASD organizzatrici sui loro canali social. Vedi pagine Facebook o siti Internet.

### **M) Classifica tappe e girone**

Tutte le classifiche di tappa e di girone saranno pubblicate sui nostri siti internet e social

### **N) Requisiti per la partecipazione**

L'età minima per partecipare al campionato K1 varia in base alla categoria scelta Open o Competitiva.

**È possibile partecipare nella categoria Open dai 14 anni in su, mentre possono partecipare nelle categorie competitiva dai 16 anni in su.**

Gli organizzatori potranno inoltre chiedere agli atleti documentazioni come certificati medici, documenti di identità, codice fiscale, deleghe per minorenni.

### **O) Documenti e Privacy**

**È obbligatorio firmare le documentazioni per il trattamento dati, diritti di immagine, liberatorie.**

### **P) Parità di punteggio**

In caso di parità di punteggio nella classifica del girone di appartenenza classifica generale due o più atleti accederanno alla tappa finale entrambi

### **Q) OBBLIGATORIO**

È obbligatorio partecipare alle tappe e alla finale del campionato nazionale K1 OCR CHALLENGE DI ENDAS indossando una maglietta di qualsiasi genere e con qualsiasi sponsor o partnership stampata su di essa, e consentito correre con:

- TOP per le donne
- Canottiera per gli uomini.

### **È ASSOLUTAMENTE VIETATO:**

- Che Sulle maglie, top o canottiera vi siano loghi riconducibili a gruppi politici, o incitamenti razziali
- Ostacolare, urtare, investire o interferire in altro modo con altri partecipanti;
- Non accettare da nessuna persona, assistenza fisica in qualsiasi forma, compresa l'assunzione o l'utilizzo di cibo/bevande attrezzature, magnesite in polvere (ad eccezione di quella liquida se portata dall'inizio gara in autonomia e non ricevuta durante la stessa da persone esterne)
- Essere seguiti durante la gara da compagni di squadra (Fatta eccezione per una singola persona autorizzata dall'organizzatore per le riprese video, e **che non dovrà interferire e aiutare in nessun modo l'atleta durante la gara**)

### **R) Comportamento durante la gara**

Tutti i partecipanti devono:

- agire in conformità con il presente regolamento;
- trattare tutti i compagni di gara, i membri dello staff con correttezza, rispetto e cortesia in ogni momento;
- astenersi dall'utilizzare un linguaggio o un comportamento offensivo, minaccioso o ingiurioso

Durante la gara, i partecipanti devono:

- Percorrere il percorso ufficiale nella sua interezza. È responsabilità di ogni atleta seguire correttamente il percorso;
- Non ostacolare intenzionalmente l'avanzamento di un altro partecipante

## **S) Responsabilità dell'organizzatore di tappa e sicurezza**

Sarà compito esclusivo dell'organizzatore di ciascuna singola tappa garantire che tutte le attività vengano svolte nel migliore dei modi e in totale sicurezza.

L'organizzazione della tappa avrà la facoltà di avvalersi della presenza di un corpo medico di supporto, qualora lo ritenga necessario, per garantire assistenza immediata agli atleti.

In caso di mancata presenza di personale medico, tutte le responsabilità relative alla sicurezza degli atleti ricadranno esclusivamente sull'organizzazione della singola tappa.

ENDAS, le altre tappe del campionato e il promotore ufficiale dell'evento non potranno in alcun modo essere ritenuti responsabili per eventuali incidenti o danni verificatisi durante la tappa.

Inoltre, ogni organizzatore sarà libero di decidere se nella propria gara, tutti gli atleti dovranno indossare il caschetto di protezione e sarà consentito il suo utilizzo a chiunque ne volesse fare uso, indistintamente dalle decisioni dell'organizzazione gara in qualsiasi tappa.

La sicurezza, quindi, potrà essere imposta agli atleti e allo stesso tempo non potrà essere negata a chi volesse avvalersi di DPI Dispositivi di Protezione Individuale.

Nel caso in cui una tappa prevedesse l'utilizzo del caschetto di protezione, chi sarà sprovvisto, non potrà partecipare alla gara e sarà naturalmente compito dell'organizzazione, specificare in anticipo o meglio in fase di iscrizione, che in quella determinata gara sarà obbligatorio il caschetto.

## **T) SOSPENSIONI E ATTREZZISTICA.**

Specifiche tecniche

Monkey Bar Livello 1 Facile.

Monkey Bar Livello 2 Medio

Monkey Bar/Rig 3 Livello Alto

a) Tutte le linee definite Monkey Bar 1 che escludono attrezzistica particolare come prese di livello 2-3 possono superare il metraggio di 6 metri per blocco.

b) Tutte le linee definite Monkey Bar 2 che includono attrezzistica particolare di livello 2 non possono superare i 6 metri di lunghezza per blocco.

c) Tutte le linee definite di livello 3 che includono attrezzistica particolare non possono assolutamente superare i 6 metri di distanza.

Esempio: una linea di 12 metri dove avremo per 6 metri anelli e per 6 metri prese particolari, va considerato come un doppio ostacolo, i primi 6 metri di sospensione avranno una penalità di 20 Burpees e sarà delimitato da un segnale di fine ostacolo, toccato dall'atleta il segnale di fine ostacolo, l'atleta può anche fermarsi e mettere i piedi a terra per prepararsi ad affrontare il secondo blocco di 6 metri.

Avremo quindi 2 blocchi uniti ma separati da una linea di delimitazione, l'atleta può fare 2 scelte:

Continuare senza fermarsi e finire l'intera linea da 12 metri o arrivare a 6 metri, toccare il punto di fine ostacolo, riposarsi e riprendere l'espletamento dell'esercizio nel secondo blocco.

I due blocchi saranno suddivisi in penalità di 20 Burpees per blocco. Se in maniera continuativa l'atleta non cade al primo blocco ma perderà la presa al secondo blocco, pagherà soltanto 20 Burpees e viceversa.

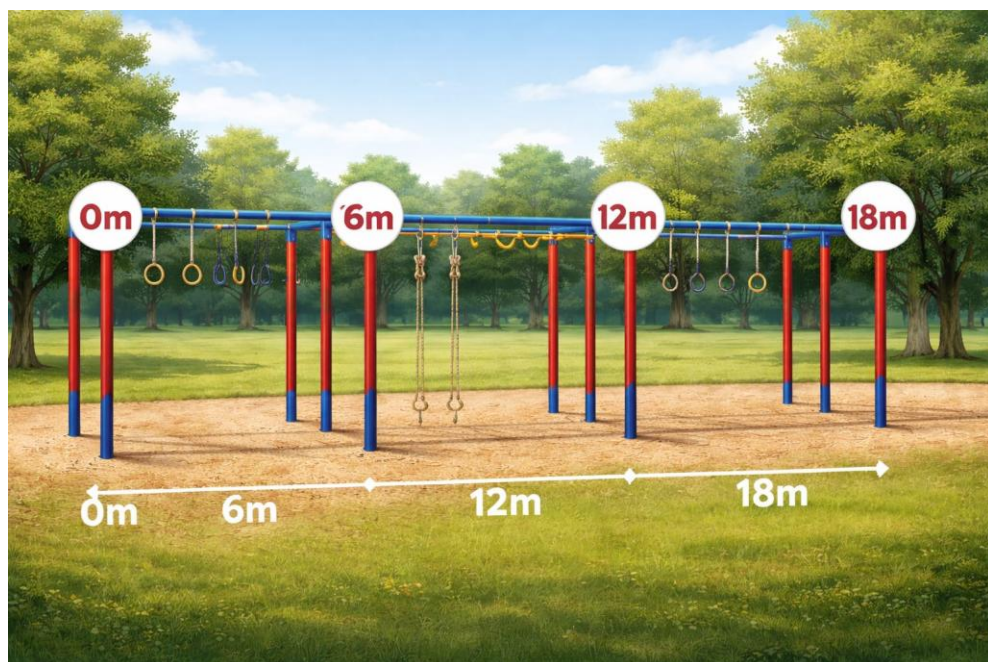
Se l'atleta cade al primo blocco pagherà 20 Burpees, dopodiché potrà ripartire dal secondo blocco, se cadrà anche al secondo blocco pagherà altri 20 Burpees. Pagate le penalità, l'atleta potrà riprendere la sua corsa.

Nel caso in cui dovessimo avere un blocco Monkey di 18 metri o superiore (cosa possibile in molte gare) andrà considerato sempre il livello di difficoltà delle prese che l'atleta troverà nella struttura.

Ad esempio, possiamo considerare una linea di 18 metri la quale prevede solo anelli, come una linea di Monkey di Livello 1.

Altro esempio, se la linea da 18 metri o superiore prevede anelli, prese ninja, tubi, volani, reti cargo, ecc.... dovrà essere assolutamente divisa in blocchi da 6 metri

ogni blocco sarà delimitato da una linea di arrivo/fine. Ogni blocco sarà diviso in penalità di 20 Burpees, quindi 60 Burpees divisi in 3 blocchi.



K1 OCR CHALLENGE È UN'ESCLUSIVA DI ENDAS NAZIONALE - ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL CONI

Stesura Nuovo regolamento in data 30 gennaio 2026

Tecnico e responsabile K1 Endas Stefano Schiavi

