

REGLAMENTO DE COMPETICIÓN VIDING HYROX VALLADOLID

1- CONCEPTO

2- CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

2.1 Condiciones de participación en VIDING HYROX VALLADOLID

2.2 Requisitos previos para participar

3- REGISTRO Y CATEGORÍAS

3.1 Registro

3.2 Categorías y precios de inscripción

3.3 Sistema de Clasificación

3.4 Devolución dinero inscripciones

3.5 Cambio inscripciones

4- LA COMPETICIÓN

4.1 Carrera VIDING HYROX VALLADOLID

4.2 Reglas y regulaciones de las estaciones

4.3 Carrera

4.4 Equipos de jueces

4.5 Premios

5- ESTÁNDARES DE MOVIMIENTO, DISTANCIAS Y PESOS

5.1 SkiErg

5.2 Empuje de trineo

5.3 Tirón de trineo

5.4 Burpee salto horizontal

5.4 Remo

5.5 Paseo del granjero (Kettlebells)

5.6 Sandbag Lunges

5.7 Wall Balls

6- ROPA, ACCESORIOS, HIDRATACIÓN Y NUTRICIÓN

6.1 Los siguientes elementos pueden usarse/llevarse durante la carrera

6.2 Los siguientes elementos están estrictamente prohibidos en todo momento

6.3 Mala conducta deportiva

6.4 Conducta general

6.5 Hidratación/Nutrición

7- PROGRAMA DEL DÍA DEL EVENTO

7.1 Registro, chip de cronometraje y pulseras

7.2 Vestuarios y área de consigna

7.3 Área de calentamiento

7.4 Zona de inicio

8- PENALIZACIONES

8.1 Vueltas de carrera omitidas

8.2 Realizar estaciones en orden incorrecto

8.3 Workout o carrera de 1 km omitida

8.4 Penalizaciones de tiempo – 36 13.3 No completó la carrera

8.5 Descalificación

8.6 Desviaciones de los estándares de movimiento

9- REGLAS DE CONDUCTA

1- CONCEPTO

VIDING HYROX VALLADOLID consiste en una carrera de 1 km seguida de un workout, repetido 8 veces. Para completar toda la carrera Viding HYROX VALLADOLID y obtener un tiempo final válido, los atletas deben completar las carreras y workouts en el orden específico (carrera, workout, carrera, workout, etc.), hasta alcanzar un total de 8 km corriendo y 8 estaciones.

2- CONDICIONES DE PARTICIPACION

2.1 Condiciones de participación en HYROX

VIDING HYROX VALLADOLID es una competición abierta a todo el público, abonados y no abonados Viding.

Al participar en Viding HYROX VALLADOLID, aceptas las siguientes condiciones, que incluyen la exclusión de responsabilidad y los términos de la Política de Privacidad, disponibles en:

2.2 Requisitos previos para participar

Para participar en un evento Viding HYROX VALLADOLID, los participantes deben tener mínimo 16 años el día de la competición.

Cada participante debe aceptar los términos y condiciones de participación.

3- REGISTRO Y CATEGORÍAS

3.1 Registro

Para participar, la única forma de registrarse al evento es a través de la web www.runvasport.es habilitada para el evento.

El registro será único para la pareja vaya a participar, debiendo rellenarse los datos de ambos miembros de la pareja participante en el mismo.

En el registro deberá abonarse la cuota de inscripción completa de ambos miembros de la pareja en un único pago por el total de la inscripción.

Se ofertan 60 plazas de competición, computando 2 personas por plaza, en total 120 personas podrán competir.



No hay distinción de número de plazas en las diferentes categorías de competición.

3.2 Categorías y Precios de Inscripción

Las categorías de participación en VIDING HYROX VALLADOLID son:

- Dobles masculinos
- Dobles femeninos
- Dobles mixtos

No existen grupo de edad en las categorías

El precio será de 35€/persona socio Viding y 60€/persona no socio

3.3 Sistema de Clasificación

El sistema de clasificación se basa en el tiempo más rápido dentro de cada categoría.

Los resultados se ordenan de más rápido a más lento.

Cualquier vuelta de carrera incompleta o desviación de los estándares de movimiento o repeticiones requeridas resultará en penalizaciones y/o descalificación.

Los resultados se publicarán en los canales oficial Viding.

3.4 Fechas inscripción y devolución dinero inscripciones

Las fechas de inscripción a VIDING HYROX VALLADOLID serán del 10 de septiembre de 2026 hasta el martes 3 de noviembre de 2026 a las 23:59 horas.

Toda persona que quiera la devolución de la inscripción tendrá hasta el 15 de octubre de 2026 a las 23:59, para poder solicitarlo, pasado ese tiempo, en ningún caso, se hará devolución alguna.

3.5 Cambio inscripciones

Podrá cambiarse uno de los participantes de la pareja mandando la información del nuevo miembro, con los datos pedidos en la inscripción, y la persona por quien se cambia, a la dirección de correo electrónico runvasport@gmail.com . La fecha máxima de cambios será el día 3 de noviembre de 2026.

4- LA COMPETICIÓN

4.1 Carrera VIDING HYROX VALLADOLID

La VIDING HYROX VALLADOLID consiste en una carrera de 1 km seguida de un workout, repetido 8 veces.

Para completar toda la carrera VIDING HYROX VALLADOLID y recibir un tiempo final válido, los participantes deben comenzar en la hora de inicio asignada, completar las carreras y los workouts en el orden designado (Carrera 1, workout 1, Carrera 2, workout 2, etc.) hasta completar un total de 8 km corriendo y 8 workouts, llevando en todo momento el chip de cronometraje proporcionado en un tobillo.

La VIDING HYROX VALLADOLID se realiza con salidas por tandas a intervalos regulares programados cada 10 minutos.

Los atletas deben llevar visible en el brazo su hora oficial de salida y número de dorsal asignado para la carrera.

Cualquier atleta que comience en una tanda anterior o posterior a su hora oficial asignada sin aprobación previa de los Organizadores de la Carrera será descalificado.

Es responsabilidad del participante llevar el chip de cronometraje en un tobillo durante toda la carrera. No hacerlo resultará en un resultado de “No Inició” en la clasificación.

Los participantes deben evitar ingresar al circuito de carrera antes de su hora oficial de salida, ya que hacerlo puede activar su chip de cronometraje y generar un tiempo incorrecto.

El orden de salida de las categorías será:

1º Categoría dobles masculinos

2º Categoría dobles mixtos

3º Categoría dobles femeninos

Cada tanda de salida compondrá 3 parejas.

Las tandas de salida se harán cada 10', siendo la primera hora de salida las 9:00h y la última las 13:30h

4.2 Reglas y regulaciones de las estaciones

- Completar todas las pruebas en el orden correcto.
- Entrar y salir de cada prueba por las rutas indicadas.
- Salir de una prueba a través del arco de entrada ('IN') resultará en una penalización de 2 minutos.
- Completar el número prescrito de repeticiones y/o distancias.
- Realizar cada prueba conforme a los estándares de movimiento.
- Ejecutar las pruebas utilizando los pesos correctos.
- Solo se podrá usar el equipo, carril o diana de wall balls asignado por un miembro del equipo de carrera. No hacerlo conlleva una penalización de 2 minutos por infracción.
- Solo se podrá usar el magnesio proporcionado por la organización, y únicamente en las estaciones donde esté permitido. No se permite llevar magnesio a otras estaciones ni usarlo en estaciones distintas. Infringir esto conlleva una penalización de 2 minutos por infracción.
- Para evitar riesgos de resbalones para otros participantes y el personal, los líquidos proporcionados en los puntos de hidratación son solo para beber. No deben usarse para enfriamiento activo (por ejemplo, verter agua sobre la cabeza o el cuerpo). Infringir esta norma conlleva una penalización de 2 minutos por infracción.

4.3 Carrera

Los tramos de carrera siempre son de aproximadamente 1,000 metros; transcurriendo el recorrido por el parking de Viding y acera lateral, Paseo del Cauce, Viding.

4.4 Equipos de jueces

Un equipo de jueces será responsable de garantizar que todos los atletas completen la carrera de forma correcta y segura, estando bajo la supervisión de los directores de Carrera, quienes gestionan todos los aspectos deportivos del evento y toman las decisiones finales en temas de juzgamiento.

Todas las decisiones de los directores Principales de Carrera son definitivas.

4.5 Premios

Los 3 primeros clasificados de cada una de las 3 categorías tendrán premio a determinar por la organización.

5- ESTÁNDARES DE MOVIMIENTO, DISTANCIAS Y PESOS

Es responsabilidad de cada participante completar todos los segmentos de carrera y pruebas según lo prescrito, en el orden correcto, y demostrar claramente que se cumplen todos los estándares de movimiento requeridos durante toda la carrera.

Cualquier ejecución de una carrera o movimiento que se desvíe de los estándares prescritos, que parezca inusual o poco común, o que proporcione una ventaja competitiva, no será reconocida. Dichas acciones pueden resultar en una repetición no válida (“no rep”) o en una penalización de tiempo, dependiendo de la prueba.

Además, la asignación del equipo y de los carriles en cada prueba será determinada por el Juez Principal y su equipo. Los atletas no están autorizados a elegir su propio equipo o carril en ninguna circunstancia.

5.1 SkiErg

Distancia 1,000 metros

Antes de comenzar, un juez (re)configurará el monitor.

El atleta debe tener ambos pies sobre la base del SkiErg durante todo el workout. Está permitido levantar los pies durante la ejecución, pero los talones no deben tocar el suelo (pueden sobresalir de la base).

Al completar la distancia requerida, el participante debe permanecer con ambos pies sobre la base y levantar un brazo para señalar al juez que ha finalizado.

Solo podrá abandonar el SkiErg después de recibir la confirmación del juez.

La configuración del damper está preestablecida en el nivel 6 para todas las categorías, pero el atleta puede ajustarla tantas veces como desee.

Protocolo de penalización SkiErg:

- Primera infracción: advertencia formal.
- Segunda infracción: penalización de 15 segundos.
- Infracciones subsiguientes: penalización adicional de 15 segundos cada una (sin más advertencias).

Si el atleta abandona antes de completar los 1.000 metros: penalización de tiempo o descalificación, según la gravedad.

5.2 Empuje trineo

Distancia: 50 metros (5 tramos de 10 m)

Se asignará un carril por parte del equipo de jueces. Es obligatorio usar el carril asignado.

El trineo y el participante deben comenzar completamente detrás de la línea blanca.

Deben mantenerse dentro del carril asignado sin interferir con los adyacentes.

El trineo debe pasar completamente la marca de 10 m antes de cambiar de dirección.

La prueba se completa al finalizar 5 tramos de 10 m y al cruzar completamente la línea final con el trineo.

Si se completan menos de 5 tramos: penalización de 3 minutos por cada tramo faltante.

Protocolo de penalización:

- Primera infracción: advertencia formal.
- Segunda infracción: 15 segundos.
- Infracciones siguientes: 15 segundos por cada una (sin advertencias adicionales).

Tramo faltante: penalización de 3 minutos por cada uno.

Pesos:

- Categoría dobles masculinos y dobles mixtos: 152 kg incluyendo trineo
- Categoría dobles femeninos: 102 kg incluyendo trineo

5.3 Tirón trineo

Distancia: 50 metros (5 tramos de 10m)

Se asignará un carril al participante, quien debe usarlo obligatoriamente.

El trineo y el participante deben iniciar completamente dentro de su “Racer Box”.

No se permite pisar la línea delantera o trasera del Racer Box mientras se sostiene la cuerda.

El trineo debe pasar completamente la marca de 10 m antes de cambiar de dirección.

El participante debe permanecer de pie en todo momento. No se permite coger el trineo desde posición sentada o de rodillas.

La cuerda debe permanecer dentro del carril asignado. Puede extenderse hacia atrás, pero no debe interferir con otros carriles.

La prueba se completa al finalizar los 5 tramos de 10 m.

Si se completan menos tramos: penalización de 3 minutos por cada uno.

Protocolo de penalización:

- Primera infracción: advertencia formal.
- Segunda infracción: 15 segundos.
- Infracciones siguientes: 15 segundos cada una.

Tramo faltante: penalización de 3 minutos.

.-Pesos:

- Categoría dobles masculinos y dobles mixtos: 103 kg incluyendo trineo
- Categoría dobles femeninos: 78 kg incluyendo trineo

5.4 Burpee salto horizontal

Distancia 80 metros

La prueba se completa mediante una combinación de burpees seguidos de saltos horizontales.

El recorrido puede dividirse en tramos según el lugar; es responsabilidad del participante completar todos los metros requeridos.

Reglas:

Inicio: el atleta comienza de pie, con ambos pies detrás de la línea de salida. En cada tramo, se debe cruzar la línea de salida con ambos pies mediante el primer salto (no con pasos).

El primer burpee de cada tramo comienza con ambas manos colocadas en el suelo o en la cinta de color contrastante detrás de la línea blanca de inicio, con el pecho del atleta tocando el suelo.

El atleta debe colocarse en el suelo, tocando con pecho, caderas y muslos al mismo tiempo.

Ambos pies deben estar detrás de las manos al iniciar el siguiente movimiento.

Desde esa posición, el atleta debe saltar hacia adelante.

Salto hacia adelante (Broad Jump):

Distancia total a recorrer 80 metros para todas las categorías

El salto debe realizarse desde los dos pies al mismo tiempo, sin pasos previos.

El aterrizaje también debe ser con ambos pies al mismo tiempo.

No está permitido deslizarse o arrastrarse durante el aterrizaje.

El siguiente burpee debe ejecutarse en el lugar donde caen los pies tras el salto, sin avanzar con pasos adicionales.

El cuerpo no puede tocar el suelo durante el salto o aterrizaje, excepto los pies.

Al saltar o dar un paso al salir de cualquier burpee, los pies no pueden ir más allá de la punta de los dedos de las manos del participante (sobrepaso).

Cada tramo de la prueba tiene líneas blancas pintadas en el suelo (por lo general, cada 10 metros).

Para cruzar una línea válida, ambos pies deben tocar más allá de la misma durante el aterrizaje.

Al comenzar cada burpee posterior, las manos del participante deben colocarse no más de 30 cm hacia adelante desde la punta de sus pies.

» Los 30 cm se miden desde la base de las palmas, donde las manos se unen con las muñecas

» Una vez que las manos se colocan en el suelo, no pueden moverse hacia adelante.

Al llegar al final de un tramo, se permite girar 180° para comenzar el siguiente tramo, sin hacer burpee o salto adicional.

Protocolo de penalización – Burpee Broad Jump

- Infracción leve (1.ª vez): advertencia verbal
- Infracción repetida o grave: penalización de 15 segundos por cada repetición incorrecta

Uso de técnica incorrecta reiterada o salto excesivo de distancia: puede implicar repetición del tramo o descalificación.

5.4 Remo

Distancia: 1.000 metros

El monitor será (re)configurado por el equipo de jueces.

Los pies deben estar en las plataformas y los glúteos sobre el asiento antes de tomar el mango del remo.

Se deben mantener los pies sobre las plataformas durante toda la prueba.

Al finalizar, el participante debe permanecer sentado y levantar un brazo para pedir confirmación del juez.

Solo se puede abandonar la prueba tras la confirmación del juez.

La resistencia está preestablecida en nivel 6 (ajustable por el atleta).

Las plataformas estarán en posición 4 (pueden ajustarse antes de comenzar).

Protocolo de penalización:

- Primera infracción: advertencia.
- Segunda: 15 segundos.
- Infracciones siguientes: 15 segundos cada una.

Abandonar antes de 1.000m: penalización de tiempo o descalificación.

5.5 Paseo del granjero (Kettlebells)

Distancia: 200 metros

El completar los 200 metros puede requerir varias vueltas.

Es responsabilidad del atleta conocer el mapa del recorrido y completar el número correcto de vueltas.

El participante debe seleccionar las kettlebells del peso correspondiente a su división.

La prueba comienza y termina cuando el participante toma y devuelve las kettlebells en el área marcada junto a la línea de salida/llegada.

Se deben cargar ambas kettlebells durante todo el recorrido.

Las kettlebells deben llevarse con los brazos extendidos a los costados del cuerpo. Está permitido descansar dejando las kettlebells en el suelo, siempre que no se deslicen hacia adelante.

La prueba finaliza cuando el participante cruza la línea de meta con ambas kettlebells y las devuelve a su lugar correspondiente, con las asas en posición vertical.

Protocolo de penalización:

- Cada vuelta faltante: penalización de 3 minutos.
- Si no se devuelven correctamente las kettlebells (posición o ubicación incorrecta): penalización de 30 segundos.

Si el participante corrige la infracción antes de salir de la zona de pruebas, no se aplica penalización.

Si se usa un peso incorrecto (más liviano o pesado), el participante debe repetir toda la prueba con el peso correcto. Si no lo hace, será descalificado.

Pesos

- Categoría dobles masculinos y dobles mixtos: 2 x 24 kg
- Categoría dobles femeninos: 2 x 16 kg

5.6 Sandbag Lunges

Distancia: 100 metros

Es responsabilidad del participante seleccionar el saco del peso correcto según su categoría.

La prueba comienza y termina con la toma y devolución del saco en el área marcada junto a la línea de salida/llegada.

El participante debe levantar el saco sin ayuda y colocarlo sobre ambos hombros, donde debe permanecer durante toda la prueba, incluso en las zonas de giro.

Para comenzar, el participante debe estar de pie, con ambos pies detrás de la línea de salida, y hacer la primera zancada cruzando esa línea.

En cada zancada, la rodilla trasera debe tocar claramente el suelo.

La repetición termina cuando el atleta se encuentra de pie con caderas y rodillas completamente extendidas.

Las zancadas deben ser alternadas (rodilla izquierda, luego derecha, etc.).

Está permitido pausar entre zancadas, pero no se puede dar ningún paso o shuffle adicional entre repeticiones.

El pie delantero debe cruzar completamente la línea blanca al final de cada tramo y en la línea de meta.

No es necesario hacer zancadas en los giros; sin embargo, cada tramo nuevo debe comenzar con ambos pies detrás de la línea blanca, ejecutando una zancada al cruzarla.

El cambio del saco entre los miembros de la pareja deberá realizarse sin que este toque el suelo.

La prueba se considera completa cuando el pie delantero del participante cruza completamente la línea de meta y el saco se devuelve a su lugar asignado.

Protocolo de penalización

- Primera infracción: advertencia verbal.
- Segunda infracción: penalización de 15 segundos.

Si el saco no se devuelve correctamente al área correspondiente: penalización de 30 segundos.

No se aplica si el atleta corrige el error antes de salir de la zona de pruebas.

Si se utiliza un peso incorrecto, el participante debe repetir toda la prueba con el peso correcto.

- No hacerlo resultará en descalificación.
- El saco debe permanecer sobre ambos hombros todo el tiempo.
No está permitido bajarlo en ningún momento, ni siquiera en los giros.

- Primera infracción: penalización de 15 segundos
- Segunda infracción: descalificación

Pesos

- Categoría dobles masculinos y dobles mixtos: 20 kg
- Categoría dobles femeninos: 10 kg

5.7 Wall Balls

Es responsabilidad del atleta asegurarse de haber seleccionado el balón con el peso correcto según su categoría.

El atleta debe comenzar de pie, erguido (caderas y rodillas extendidas), sosteniendo la pelota con ambas manos; es decir, no está permitido que los atletas recojan la wall ball del suelo y la lancen inmediatamente hacia la diana.

Luego, el participante se agacha por debajo de la posición paralela y lanza la pelota (con ambas manos) al levantarse, golpeando el objetivo correcto en la estructura de la wall ball; esto se cuenta como una repetición.

Cada lanzamiento de wall ball debe golpear la diana designada; teniendo en cuenta la categoría de cada participante.

Después de que la pelota toque la diana, el participante puede atrapar la pelota y comenzar el movimiento nuevamente o, alternativamente, permitiendo que el wall ball caiga al suelo antes de iniciar de nuevo el movimiento; es decir, estar de pie, erguido, con caderas y rodillas extendidas antes de comenzar la sentadilla. No está permitido que los participantes atrapen la pelota después de que rebote y continúen con la siguiente repetición.

En la posición más baja de la sentadilla, las caderas del atleta deben descender por debajo de las rodillas (también conocido como; por debajo del paralelo o por debajo de los 90°)

El juez puede usar una caja de profundidad u objeto para ayudar a evaluar si la sentadilla del atleta cumple con la profundidad requerida. Estas cajas u objetos no pueden ser solicitadas por el participante. No deben usarse para descansar o sentarse, ya que su única función es servir como indicador de profundidad y no como oportunidad para descansar durante la prueba.

Los participantes solo podrán avanzar a la meta una vez que su juez confirme que se han completado 100 repeticiones válidas de Wall Ball.

No está permitido que los participantes regresen al área de wall ball después de terminar la carrera.

Los participantes NO deben pasar por debajo de la estructura de wall ball al dirigirse a la línea de meta; deben hacerlo por el exterior de la estructura.

Si el participante incumple cualquiera de estos requisitos, esa repetición se considerará un “no rep”.

Pesos

- Categoría dobles masculinos y dobles mixtos: 6 kg
- Categoría dobles femeninos: 4 kg

Altura Diana;

- Hombres: 3 metros
- Mujeres: 2,7 metros

Protocolo de Penalización

- No se otorgan advertencias; cada repetición es válida o no válida (rep o no-rep).
- Cada repetición faltante incurre en una penalización de 15 segundos
- Si un atleta usa magnesio en los wall balls, se aplicará una penalización de 2 minutos

6- ROPA, ACCESORIOS, HIDRATACIÓN Y NUTRICIÓN

Es responsabilidad del participante asegurarse de que esté vestido adecuadamente al prepararse para las actividades a realizar, teniendo en cuenta los factores ambientales.

Todos los atletas deben usar calzado cerrado en todo momento durante la carrera

6.1 Los siguientes elementos pueden usarse/llevarse durante la carrera

- Rodilleras
- Guantes (no agarres ni calleras ni straps)
- Cinturón
- Muñequeras
- Botellas de agua o flasks de hidratación
- Inhaladores de asma

Cualquier artículo que no esté explícitamente listado como permitido está, por defecto, prohibido.

Si un participante decide usar, llevar o portar alguno de los artículos mencionados anteriormente, debe hacerlo desde el inicio hasta el final de la carrera. Estos artículos no pueden ser entregados ni recibidos de ninguna otra persona en ningún momento. Hacerlo se considera asistencia externa y puede resultar en descalificación.

Cualquier artículo NO listado anteriormente debe considerarse prohibido, a menos que el atleta reciba permiso por escrito del director de la Carrera antes del inicio de la competición.

Los artículos prohibidos serán confiscados y podrán ser recuperados en el área de recepción después de que el participante haya terminado.

6.2 Los siguientes elementos están estrictamente prohibidos en todo momento

- Auriculares
- Teléfonos móviles*
- Gafas de realidad virtual (VR)
- GoPro u otro tipo/marca de cámaras (corporales)
- Cascos

*Si se requiere un dispositivo médico que necesite proximidad al teléfono del participante durante la carrera, debe obtenerse la aprobación previa del director de la Carrera. Por favor, contacte al personal de Viding antes del día de la carrera para ser puesto en contacto con el director de la Carrera correspondiente.

6.3 Mala conducta deportiva

Cualquier forma de mala deportividad, incluyendo comportamientos amenazantes y/o abusivos hacia el personal del evento, jueces, voluntarios, espectadores o compañeros participantes, puede conllevar penalizaciones y/o descalificación. Estas penalizaciones también pueden aplicarse de forma retroactiva después de la carrera.

La mala deportividad se define como intentos de engaño, manipulación o disputas excesivas, así como interrumpir y/o impedir a otros participantes, lo que puede llevar a penalizaciones, descalificación, y/o acciones legales.

6.4 Conducta general

Está prohibido arrojar basura. Por ejemplo, todos los vasos de papel y empaques de gel usados deben desecharse en los contenedores provistos, no en el suelo de la zona de pruebas ni en el recorrido de la carrera. Cada infracción puede resultar en una penalización de 2 minutos.

Escupir o sonarse la nariz en el suelo está estrictamente prohibido. Cada infracción conllevará una penalización de 2 minutos.

6.5 Hidratación/Nutrición

Durante la carrera, se dispondrá de agua al menos una vez durante, antes o después de cada paso por la zona de pruebas. También puede haber disponible una bebida deportiva u otro producto de hidratación. Los participantes que deseen llevar nutrición deben hacerlo por cuenta propia desde el inicio de la carrera.

No se permite que los participantes acepten ninguna bebida o producto nutricional de nadie excepto los puntos de hidratación proporcionados por la organización durante el evento. Hacerlo se considera “asistencia externa” y conlleva una penalización de 3 minutos por infracción.

7- PROGRAMA DEL DÍA DEL EVENTO

7.1 Registro, chip de cronometraje y pulseras

Una vez que los participantes lleguen a Viding Valladolid, deberán pasar por el área de registro donde recibirán su chip de cronometraje para el tobillo, número de atleta y pulsera de identificación.

Cada participante recibe un chip de cronometraje para registrar su tiempo durante la carrera. Este chip debe colocarse en un tobillo. Colocarlo en cualquier otra posición puede provocar un registro de tiempo inválido o incompleto; es responsabilidad del atleta llevar correctamente el chip en el tobillo durante toda la carrera.

En las categorías de dobles cada participante debe llevar un chip. Dobles = 2 chips de cronometraje

7.2 Vestuarios y guardarropa.

Se podrán dejar los objetos personales y bolsas de deporte en la zona habilitada para ello que estará vigilada en todo momento por personal del evento.

Viding no se responsabiliza por bolsas o artículos perdidos o robados.

7.3 Área de calentamiento

Se dispondrá de un área designada para el calentamiento con el equipo relevante para la carrera, disponible para todos los participantes. No se permite el acceso a espectadores en el área de calentamiento; es exclusivamente para uso de los participantes.

El acceso a esta área por parte de los participantes será 30' antes de la tanda de salida asignada a estos.

7.4 Zona de inicio

Diez minutos antes de la hora de inicio de un participante, este debe reunirse en el área de salida para recibir instrucciones oficiales sobre el comienzo de la carrera.

8- PENALIZACIONES

8.1 Vueltas de carrera omitidas

Si un atleta no completa el número correcto de vueltas, se aplicará una penalización de tiempo de 3 minutos por cada vuelta faltante, la cual se sumará a su tiempo final.

8.2 Realizar estaciones en orden incorrecto

Si un atleta no completa las estaciones en la secuencia correcta (1-8), se le permite completar las estaciones faltantes antes de ingresar a la workout 8 (Wall Balls).

Completar las estaciones en orden incorrecto resultará en una penalización de 3 minutos. Si se completan más de una workout fuera de orden, el participante será automáticamente descalificado.

8.3 Workout o carrera de 1 km omitida

Omitir una workout completa o la carrera de 1 km resultará en descalificación.

8.4 Penalizaciones de tiempo – 36 13.3 No completó la carrera

Las penalizaciones de tiempo pueden imponerse tanto en la carrera como en los workouts del 1 al 8, y dependen de la infracción y la workout.

Las infracciones relacionadas con los estándares de movimiento o el conteo de repeticiones —como usar pesos incorrectos, no devolver correctamente las kettlebells o un no-rep en las sentadillas con wall ball— pueden ser penalizadas en tiempo real por los jueces o jueces principales.

Solo los directores de Carrera tienen la autoridad para descalificar a un atleta (DQ), basándose en la información de los jueces principales, jueces o sus propias observaciones directas.

Para los workouts 1 a 7, los atletas recibirán una advertencia por workout si no cumplen con los estándares de movimiento. En la segunda infracción —sin importar el tipo— la repetición será considerada inválida y el atleta recibirá la penalización de tiempo o distancia correspondiente.

Cualquier infracción adicional en la misma workout conllevará penalizaciones adicionales.

Algunas infracciones pueden recibir penalizaciones inmediatas sin advertencia,

dependiendo de la gravedad.

8.5 Descalificación

Si un participante es descalificado por el director de Carrera durante la competición, no podrá continuar compitiendo en la carrera.

8.6 Desviaciones de los estándares de movimiento

Cualquier ejecución de un movimiento que se desvíe de los estándares, sea inusual o poco común y/o resulte en una ventaja de tiempo, no será reconocida y resultará en una repetición inválida (no-rep) o en una penalización de tiempo.

9- REGLAS DE CONDUCTA

Al registrarse en VIDING HYROX VALLADOLID, los participantes aceptan competir de manera justa y honorable, y comprometerse a cumplir con el Código de Conducta de VIDING, que sostiene los valores fundamentales para garantizar un ambiente de carrera respetuoso e inclusivo para todos.

La mala deportividad, por ejemplo, intentos de engaño, manipulación, disputas excesivas, así como interrumpir y/o impedir a otros participantes, puede conllevar penalizaciones y/o descalificación,

Cualquier participante que sea descalificado de VIDING HYROX VALLADOLID no recibirá reembolso alguno inscripciones. Esto también aplica a conductas que puedan dañar o perturbar a participantes, voluntarios, personal, patrocinadores y espectadores.

Cualquiera de las acciones mencionadas podrá aplicarse a cualquier participante a discreción de los organizadores del evento.