



## **REGLAMENT**

**Art. 1.-** L' Ajuntament de Guardamar de la Safor i "Guardamar Runners", amb l'assessorament tècnic i material del Centre TAI CENTER, organitzen el dissabte 30 de maig de 2025 a les 09:30h. la **III HYBRID RACE GRM.**

**Art. 2.-** Entrega de les pulseres-dorsals: Serà imprescindible mostrar el DNI. Dissabte dia 30 de maig, en la Zona de Eixida de la prova, a partir de les 08.30 hores. A les 09:00 hores es realitzarà un "breafing" explicant en què consistiran les proves de realitzar.

Hi Haurà la possibilitat de inscriures el dia de la prova, en la zona d'eixida, en un preu de 35 euros.

**Art. 3.-** Tot i tota participant, quan s'inscriga a la prova, haurà de firmar l'autorització, coneiximent del presente reglament i consentiment per a la realització de la prova.

**Art. 4.-** Tots aquells menors de 18 anys que vullguen participar en la prova absoluta, en l'arreglè del dorsal, tindran que vindre acompanyats del pare/mare o tutor/ra i signar com a responsables i no optaran a trofeu. La directora/o Tècnic/a encarregat/da dels dorsals tindrà la corresponent autorització.

**Art. 5.-** La prova serà una combinació de carrera i superació de proves físiques, wods; sense un orde establert:

- 1000 metres reme.
- 100 cal. Home/ 75 cal. Dona de airbike.
- 50 reps. pes mort amb kettlebell (2x24kg home; 2x16kg dona)
- 50 burpees amb pneumàtic.



*\*Si les estacions patiren alguna modificació, s'avisarà al més prompte possible per xarxes socials.*

*\*Durant el recorregut estaran repartides diverses proves d'habilitat: palla, tub i rodes.*

El Jutge Principal de la carrera, realitzarà un “brífig” abans de l'inici de cada prova per a explicar la mecànica de cada Wod.

**Art. 6.-** A les persones inscrites fora del termini o en el dia de la carrera, no se'ls estarà assegurada la talla de la samarreta que puguem sol·licitar.

**Art. 7.-** Hi hauran vestuaris i dutxes habilitades a les persones participants en el Centre Esportiu l'Ullal.

**Art. 8.- Penalització:** \*1 minuto per prova no realitzada.

\*5 minuts per no obeir als jutges.

**Art. 9.- Exclusions:** El no completar correctament o acurtar de forma deliberada el recorregut establert de carrera a peu, així com no seguir les indicacions dels jutges o voluntaris de la prova.

**Art. 10.-** Hi haurà una zona habilitada per a realitzar el calfament abans de cada tanda, estant oberta als participants de la tanda 10 minuts abans de l'eixida.

## **Art. 11.- TROFEUS**

- Borsa de corredor amb samarreta i el que l'organització pugui aconseguir.
- Trofeus als 3 primers atletes masculins i femenins.



**Art. 12.-** Els participants en inscriure's en la prova accepten els termes i condicions del Reglament, i autoritzen la captura en format videogràfic i fotogràfic de la seva imatge durant la prova i la posterior difusió i utilització promocional per qualsevol mitja de reproducció. La cessió es realitza de forma gratuïta. Una vegada publicades les imatges, els participants podran demanar la retirada d'aquelles que consideren inoportunes.

**Art. 13.-** L'organització es reserva el dret d'efectuar qualsevol canvi, modificació, rectificació del present Reglament o del programa fins el mateix dia de la prova.

**Art. 14.-** Tot corredor/a que prenga part en l'eixida de la carrera, es compromet a seguir les indicacions de l'Organització, jutges i voluntaris, i contribuir en lo possible en el bon funcionament de la mateixa, per tal d'evitar accidents tant materials com personals.

**Art. 15.-** El fet d'inscriure's i de prendre l'eixida de la cursa, s'entén coneix i accepta el present Reglament. A més el participant declara que es troba en estat de salut óptim per pende part en la prova, eximint de qualquier responsabilitat a l'Organització en cas de patir qualsevol accident o lesió abans, durant o després de la cursa.

**Art. 16.-** Inscripcions en el número de compte més a baix assenyalat, a nom de l'Associació Guardamar Runners, i incloent en el concepte: **nom, cognoms i talla de samarreta.**

#### **Art. 17.- PREU INSCRIPCIONS**

- 28€ fins al 19 d'Abril inclòs.
- 30€ des del 20 d'Abril fins al 29 de Maig inclòs.
- 35€ dia de la prova.



## **NÚMERO DE COMPTE:**

**ES15 3058 2550 2027 2008 9646 CAJAMAR**

## **REGLAMENTO**

**Art. 1.-** El Ayuntamiento de Guardamar de la Safor y “Guardamar Runners”, con el asesoramiento técnico y material del Centro TAI CENTER, organizan el sábado 30 de Mayo de 2026 a las 09:30 horas la **III HYBRID RACE GRM.**

**Art. 2.-** Entrega de las pulseras-dorsales: Será imprescindible mostrar el DNI el sábado día 30 de Mayo, en la Zona de Salida de la prueba a partir de las 08:30 horas. A las 9:00 horas se realizara un “breafing” explicando en qué consistirán las pruebas a realizar.

Habrà la posibilidad de inscribirse el día de la prueba, en la zona de salida, en un precio de 30 euros.

**Art. 3.-** Todo y toda participante, cuando se inscriba a la prueba, tendrá que firmar la autorización, conocimiento del presente reglamento y consentimiento para la realización de la prueba.

**Art. 4.-** Todos aquellos menores de 18 años que quieran participar en la prueba absoluta, al recoger el dorsal, tendrán que venir acompañados del padre/madre o tutor/ra y firmar como responsables y no optarán a trofeo. La director/a técnico/a encargado/da de los dorsales tendrá la correspondiente autorización.

**Art. 5.-** La prueba será una combinación de carrera y superación de pruebas físicas, wods, sin un orden establecido:

- 1000 metros remo.
- 100 cal. Hombre/ 75 cal. Mujer de airbike.
- 50 reps. peso muerto con kettlebell (2x24kg hombre; 2x16kg mujer)
- 50 burpees con neumático.



*\*Si las estaciones sufrieran alguna modificación, se avisará lo más pronto posible por redes sociales.*

*\*Durante el recorrido estarán repartidas varias pruebas de habilidad: paja, tubo y ruedas.*

El Juez Principal de la carrera, realizará un “briefing” antes del inicio de cada prueba para explicar la mecánica de cada Wod.

**Art. 6.-** A las personas inscritas fuera del plazo o en el día de la carrera, no se les estará asegurada la talla de la camiseta que puedan solicitar.

**Art. 7.-** Habrán vestuarios y duchas habilitadas a las personas participantes en el Centro Deportivo de El U´llal.

**Art. 8.- Penalización:**   \*\*1minuto por prueba no realizada.  
                                  \*\*5minutos por no obedecer a los jueces.

**Art. 9.- Exclusiones:** El no completar correctamente o acortar de forma deliberada el recorrido establecido de carrera a pie, así como no seguir las indicaciones de los jueces o voluntarios de la prueba.

**Art. 10.-** Habrá una zona habilitada para realizar el calentamiento antes de cada tanda, estando abierta a los participantes de la tanda 10 minutos antes de la salida.

**Art. 11.- TROFEOS:**

- Bolsa del corredor con camiseta y lo que la organización pueda conseguir.
- Trofeos a los 3 primeros atletas masculinos y femeninos de cada categoría.

**Art. 12.-** Los participantes al inscribirse en la prueba aceptan los términos y condiciones del Reglamento, y autorizan la captura en formato videográfico y fotográfico de su imagen durante la prueba y la posterior difusión y utilización promocional por cualquier medio de reproducción. La cesión se realiza de forma gratuita. Una vez publicadas las imágenes, los participantes podrán pedir la retirada de aquellas que consideren inoportunas.



**Art. 13.-** La organización se reserva el derecho de efectuar cualquier cambio, modificación, rectificación del presente Reglamento o del programa hasta el mismo día de la prueba.

**Art. 14.-** Todo corredor/a que tome parte en la salida de la carrera, se compromete a seguir las indicaciones de la Organización, jueces y voluntarios, y contribuir en lo posible en el buen funcionamiento de la misma, por tal de evitar accidentes tanto materiales como personales.

**Art. 15.-** El hecho de inscribirse y de tomar la salida de la carrera, se entiende que conoce y acepta el presente Reglamento. Además el participante declara que se encuentra en estado de salud óptimo para formar parte en la prueba, eximiendo de cualquier responsabilidad a la Organización en caso de sufrir cualquier accidente o lesión antes, durante o después de la carrera.

**Art. 16.-** Inscripciones en el número de cuenta más abajo señalado, a nombre de la Asociación Guardamar Runners, e incluyendo en el concepto: **nombre, apellidos y talla de camiseta.**

**Art. 17.- PRECIO INSCRIPCIONES:**

- 28 € hasta el 19 de Abril incluido.
- 30€ desde el 20 de Abril hasta el 29 de Mayo incluido.
- 35€ día de la prueba.

**NÚMERO DE CUENTA:**

**ES15 3058 2550 2027 2008 9646 CAJAMAR**