

REGOLAMENTO OSTACOLI COPPA GIOVANI

-DYNAMIKA NINJA RACE-

16 Maggio 2026

A seguire il regolamento ostacoli dei format:

Sabato 16 Maggio 2026 ore 10:00

La lunghezza del percorso varia e aumenta in base alle categorie di età e andrà dai 400 ai 1000 metri circa; dislivello 0

Regole Generali di svolgimento

Le regole generali e particolari fanno riferimento al regolamento ufficiale FIOCR. L'atleta è tenuto a conoscere il regolamento nel particolare, tuttavia si ricorda, in linea generale, quanto segue:

- I rig potranno avere a disposizione una corda iniziale o un rialzo da utilizzare per raggiungere la prima presa.
- L'altezza delle prese non è maggiore di 2,20 metri.
- Per ogni rig in sospensione è vietato toccare qualsiasi punto della struttura portante eccetto dove indicato diversamente;
- Le prese possono essere afferrate in qualsiasi punto/modalità senza toccarne il cordino/gancio di montaggio;
- La campana deve essere toccata/suonata esclusivamente con l'utilizzo delle mani.
- L'ostacolo si intende ingaggiato una volta che l'atleta ha sollevato entrambi i piedi da terra partendo dalla piattina dove è presente.
- Per gli ostacoli a tentativo singolo riposizionare i piedi a terra, seppur sulla piattaforma di partenza, non è consentito e verrà considerata la penalità.
- La prima presa non è obbligatoria, a meno che non sia esplicitamente dichiarato nel regolamento dell'ostacolo.
- La partenza avviene obbligatoriamente dalla piattaforma all'inizio dell'ostacolo, quando questa è prevista.
- La conclusione dell'ostacolo è determinata dal suono/tocco della campanella con la mano o dal superamento dell'estremità dell'ostacolo (es. equilibri, scavalcamenti, rotolamenti), quando non sia diversamente indicato in maniera esplicita sul Regolamento ostacoli.