

# REGULAMENTO 5º

## FW GAMES

### 1. INFORMAÇÕES GERAIS

DATA: 13 a 15 de agosto de 2021

LOCAL: Gofins Centro de Condicionamento Físico/Colégio Radiar, Rua José Waterkemper, Bairro INSS, Braço do Norte – SC.

### 2. CATEGORIAS

2.1 As categorias serão divididas da seguinte forma:

**SCALED DUPLA FEMININA**

**SCALED DUPLA MASCULINA**

**SCALED DUPLA MASTER FEMININA (Somatório de idades acima de 80 anos)**

**SCALED DUPLA MASTER MASCULINA (Somatório de idades acima de 80 anos)**

**INTERMEDIÁRIO DUPLA FEMININA**

**INTERMEDIÁRIO DUPLA MASCULINA**

**RX DUPLA MASCULINA**

**RX DUPLA MISTA (1 homem e 1 mulher)**

**ELITE MASCULINO (Individual)**

### 3. INSCRIÇÕES

3.1 As inscrições devem ser realizadas no site [www.riscozeroadventure.com.br](http://www.riscozeroadventure.com.br)

#### 3.2 VALORES

**1º Lote: R\$ 110,00 + taxa de comodidade (Até 20/01/2020)**

**2º Lote: R\$ 130,00 + taxa de comodidade (Até 20/02/2020)**

**3º Lote: R\$ 150,00 + taxa de comodidade (Até 20/03/2020)**

**4º Lote: R\$ 160,00 + taxa de comodidade (Até 29/01/2021)**

**5º Lote: R\$ 160,00 + taxa de comodidade (Até 20/07/2021)**

3.4 Não será permitido à inscrição de atletas menores de 14 anos. Para atletas menores de 18 anos, poderão participar somente com autorização dos pais ou responsáveis, ou acompanhado por um destes no dia do evento.

3.5 Não haverá devolução do valor da inscrição; a inscrição é de caráter pessoal e intransferível e só poderá ser realizada das maneiras disponibilizadas pela organização. Sendo que é de total responsabilidade do atleta o preenchimento correto de todos os campos da ficha de inscrição.

3.6 Ao realizar sua inscrição, o atleta concorda plenamente com o regulamento, declara encontrar-se em perfeitas condições físicas e psicológicas e ter treinado o suficiente para completar os exercícios definidos da categoria escolhida.

#### 4. KIT ATLETA

4.1 O kit está sendo montado e será divulgado em breve.

4.2 O kit será entregue apenas no dia do evento, com horários a definir.

4.3 O kit será entregue somente mediante a apresentação de um documento com foto, juntamente com o termo de responsabilidade devidamente preenchido e assinado.

4.4 Um atleta poderá pegar o kit dos demais componentes da sua equipe, desde que apresentando uma declaração e cópia de um documento com foto deste, assinando o relatório de entrega e se responsabilizando pela entrega do mesmo.

#### 5. REGRAS GERAIS

5.1 A utilização de cintos, faixas, fitas, luvas e materiais que auxiliem na estabilização postural e segurança articular, será permitido mediante autorização dos organizadores.

5.2 O início se dará somente por sinalização de fiscal autorizado.

5.3 Haverá um fiscal responsável pela contagem.

5.4 Não serão contabilizadas repetições que não estejam de acordo com a descrição de execução do exercício.

5.5 O próximo atleta só poderá iniciar a sequência de exercícios após o toque das mãos do atleta anterior. (Podendo ser conduzido novamente a área de equipe em caso de saída antecipada).

#### 6. PRÉ-REQUISITOS

EXERCÍCIOS / MOVIMENTOS	RX / Elite		Intermediário		Scaled	
	MASCULINO	FEMININO	MASCULINO	FEMININO	MASCULINO	FEMININO
DEADLIFT	140	90	100	65	70	45
CLEAN JERK	70	45	50	35	40	25
SNATCH	60	40	40	27	30	20
THRUSTER	60	40	40	27	30	20
DUMBELL	22,5	15	15	10	10	7,5
WALLBALL	12	9	9	6	9	6
DU	SIM	SIM	SIM	SIM	SU	SU
HSW	SIM	SIM	-	-	-	-
HSPU	SIM	SIM	SIM	SIM	-	-
MUSCLE UP	SIM	SIM	CHEST TO BAR	PULL UP	KIPPING PULL UP	-
T2B	SIM	SIM	SIM	SIM	-	-
PISTOL	SIM	SIM	-	-	-	-
BOX JUMP	75 cm	60 cm	60 cm	50 cm	STEP UP	STEP UP
RUN	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM

BURPEE	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM	SIM
--------	-----	-----	-----	-----	-----	-----

\* Todas as cargas em kg

\*\* Pode haver variação do movimento (Ex.: Hang Snatch, Burpee Over Bar...).

\*\*\* São cargas utilizadas como parâmetros, podendo haver variação de acordo com a prova.

\*\*\*\* Poderão ser incluídos outros movimentos.

## 7. PONTUAÇÃO

Nos wod's, cada equipe receberá uma pontuação de acordo com a classificação.

1º = 1 ponto.

2º = 2 pontos.

3º = 3 pontos.

4º = 4 pontos.

E assim por diante.

As 5 equipes com menor pontuação vão para a final.

Em caso de empate, o desempate se dará pela menor pontuação do Wod 4.

## 8. PREMIAÇÃO

Troféu para os 3 primeiros colocados de cada categoria e possíveis brindes de patrocinadores.

Categoria Rx Dupla:

1º Colocado: R\$ 500,00 (Valor de premiação para a equipe)

2º Colocado: R\$ 300,00 (Valor de premiação para a equipe)

3º Colocado: R\$ 200,00 (Valor de premiação para a equipe)

Categoria Rx Individual/Elite:

1º Colocado: 30% do valor arrecadado nas inscrições da categoria

2º Colocado: 20% do valor arrecadado nas inscrições da categoria

3º Colocado: 10% do valor arrecadado nas inscrições da categoria.

8.1 A cerimônia de premiação será realizada na estrutura montada no local do evento, no mesmo dia da prova, após o encerramento das atividades.

## 9. PUNIÇÕES

9.1 Serão desclassificados da competição todos os atletas que atrapalharem com intenção o atleta/equipe adversário(a), agredir fisicamente a qualquer participante ou Staff do evento.

9.2 Serão punidos em 20% de toda a sua pontuação do WOD atletas que faltarem com respeito à arbitragem e/ou Staff; atletas que não realizarem o WOD como explicado no briefing; atletas que invadirem a área de treino sem autorização da organização.

9.3 Em caso de desclassificação, a equipe inteira estará desclassificada.

9.4 Não serão aceitas reclamações sobre padrão de movimento posteriores ao WOD.

9.5 Em hipótese alguma será possível refazer algum WOD.

9.6 Caso algum atleta/equipe não comparecer ao backstage no horário previsto, o mesmo não poderá realizar o WOD.

9.7 Em caso de erros de score ou arbitragem, as reclamações só serão aceitas mediante a solicitação a qualquer membro da organização.

## **10. SUSPENSÃO, ADIAMENTO E CANCELAMENTO DA PROVA**

10.1 A organização, primando pela segurança dos atletas, poderá determinar suspensão da prova, iniciada ou não, por questões de segurança pública, vandalismo e/ou motivos de força maior. Sendo suspensa a prova, por qualquer um destes motivos, esta será considerada realizada e não haverá designação de nova prova.

10.2 Os atletas ficam cientes que deverão assumir no ato da inscrição todos os riscos e danos da eventual suspensão da prova (iniciada ou não) por questões de segurança pública, não gerando qualquer responsabilidade para a Comissão Organizadora.

10.3 A prova será realizada com qualquer condição climática, a não ser, que haja perigo aos participantes.

10.4 A organização não se responsabiliza por transporte, hospedagem e alimentação para nenhum atleta até o local da prova.

10.5 A organização do evento poderá, a qualquer momento, suspender ou prorrogar prazos ou, ainda, elevar ou limitar o número de inscrições, em função de necessidades, disponibilidade técnica e/ou questões estruturais, sem aviso prévio. Os atletas são responsáveis pela veracidade das informações fornecidas no sistema on-line ou na ficha de inscrição.

10.6 Não haverá reembolso, por parte da empresa organizadora bem como de seus patrocinadores e apoiadores, de nenhum valor correspondente ou dano aos equipamentos e/ou acessórios utilizados pelos atletas durante e no local do evento, independente de qual for o motivo, tampouco, por qualquer extravio de materiais ou prejuízo que porventura os atletas ou terceiros venham a sofrer durante a participação na competição.