



# REGULAMENTO DE PROVA

## **ORGANIZAÇÃO:**

OCR Police Challenge.

## **PÚBLICO-ALVO**

Público geral

## **DESCRIÇÃO:**

As corridas da OCR Police Challenge, são um desafio para todos, num percurso que varia entre os 8 e os 10 Km, com dezenas de obstáculos naturais e pré-instalados que envolvem força, coordenação, diversão, água, lama, num formato “*team building*” ou de *competição individual*.

Durante o percurso serão confrontados com palavras de incentivo, obstáculos de grande complexidade técnica e de perigosidade se não forem respeitadas as regras, no entanto, é um desafio pessoal, não estando ninguém obrigado a completar qualquer dos obstáculos.

O evento subdivide-se em três tipos de partidas: **ELITE, COMPETITIVE e OVERALL**

***Reúne os teus amigos, torna-te um “NINJA”  
Escolhe o desafio que mais se ajusta aos teus objetivos e desafia-te!***

## **REGRAS - OVERALL :**

***(vertente competição lúdica)***

- Partidas de 15 em 15 minutos, de superação individual ou em equipa;
- Os atletas que não conseguirem transpor os obstáculos fazem 20 burpees para seguir em prova;
- Nos obstáculos com congestionamento, devem os atletas que vão repetir dar prioridade a quem vai efetuar o obstáculo pela primeira vez com “fairplay”;
- Dar prioridade aos atletas nas categorias ELITE e COMPETITIVE TEAM.

## **REGRAS - ELITE :**

***(vertente competitiva individual)***

- Com apenas 200 vagas, é a primeira partida da prova, dividida em MASCULINO / FEMININO e onde as regras de desqualificação serão extremamente rígidas caso os atletas não cumpram com as normas de transposição dos obstáculos.
- Os atletas terão de transpor os obstáculos individualmente, não podem ter qualquer tipo de ajuda ou receber qualquer tipo de apoio material (luvas, sapatilhas, abastecimento energético, etc) ao longo do percurso, sob pena de serem desqualificados.
- Idade igual ou superior a 16 anos;
- Desobedecer ou ter uma atitude agressiva para com um controlador (STAFF) de prova, dá direito a eliminação.
- Os atletas poderão ter um controlo ao longo do percurso, com paragem obrigatória.
- Nos obstáculos com congestionamento devem os atletas que vão repetir o obstáculo, dar prioridade a quem vai efetuar o obstáculo pela primeira vez, caso corra na sua categoria ELITE.
- Só existe uma partida ELITE diferenciada por género, é da tua inteira responsabilidade chegar a horas.



## REGULAMENTO DE PROVA

- Não ultrapassar um obstáculo = eliminação. Podes tentar ultrapassar tantas vezes quantas precisares, mas sempre que caíres, deves voltar a iniciar o obstáculo desde o início do obstáculo completo;
- Poderão existir três obstáculos de perícia, “Tiro”, “Lança” e “Memorização” caso não os superes, terás de efetuar 20 burpees ou efetuar o desafio indicado no local. Cumprido desafio com sucesso, contínuas em prova.
- Os atletas correm obrigatoriamente com um colete fornecido pela organização, uso obrigatório vestido de forma visível.
- O atleta é obrigado a tentar fazer o obstáculo, sob pena de desqualificação;
- Os obstáculos com sino, este deve ser tocado sempre com a mão, só assim finaliza o obstáculo.
- Nos obstáculos que seja necessário utilizar acessórios (argolas, tubos, corda, etc) por parte do atleta, no final, devem ser retirados e colocados no local indicado pelo Marshall;
- Todos os obstáculos pintados ou fitados (pegas), estas marcas não devem ser ocultadas com as mãos/pés dos atletas;
- Os obstáculos de Tiro, Lança ou Flecha só têm 1 tentativa;
- O atleta que não consiga ultrapassar um obstáculo, deve entregar voluntariamente o colete ao júri.
- O tempo limite de prova são 3 horas.

### **Vantagens em participar no Grupo de Elite:**

- **Qualificação para a OCR WORD CHAMPIONSHIPS.**
  - **TOP 5 (M/F) - 24 HOUR ENDURO, de 8 a 9 de junho 2019, em Sydney - Austrália.**
  - **TOP 5 (M/F) – 3K & 15 K CHAMPIONSHIPS (PRO), de 11 a 13 outubro 2019, em Londres - Inglaterra.**
  - **TOP 10 (M/F) – 3K & 15 K CHAMPIONSHIPS (Age Group), de 11 a 13 outubro 2019, em Londres - Inglaterra.**
- Começar a prova na 1ª partida, logo as filas de espera nos obstáculos serão menores ou nenhuma;
- Qualificação para o circuito nacional TRICHALLENGE 2019 (ver regulamento no site);
- Prémios de prova e classificação final no Circuito Trichallenge.

### **REGRAS COMPETITIVE:**

#### **(geral)**

- Com apenas 200 vagas, tem uma única partida;
- Os atletas correm obrigatoriamente com um colete fornecido pela organização, uso obrigatório vestido de forma visível.
- Idade igual ou superior a 16 anos;
- O tempo limite de prova são 3 horas.

### **REGRAS COMPETITIVE:**

#### **(competição individual)**

- **Qualificação para a OCR WORD CHAMPIONSHIPS.**
  - **TOP 10 (M/F) – 3K & 15 K CHAMPIONSHIPS (Age Group), de 11 a 13 outubro 2019, em Londres - Inglaterra.**
- Não superar um obstáculo, deve o atleta cumprir com a penalização que lhe for indicada e seguir em prova;
- O atleta é obrigado a tentar fazer o obstáculo, sob pena de desqualificação;



## REGULAMENTO DE PROVA

- Poderão existir três obstáculos de perícia, “Tiro”, “Lança” e “Memorização” caso não os superes – 20 burpees, cumprido o desafio com sucesso, continuam em prova.
- Os obstáculos de Tiro, Lança ou Flecha só têm 1 tentativa;
- Os obstáculos com sino, este deve ser tocado sempre com a mão, só assim finaliza o obstáculo.
- Nos obstáculos que seja necessário utilizar acessórios (argolas, tubos, corda, etc) por parte do atleta, no final, devem ser retirados e colocados no local indicado pelo Marshall;
- Todos os obstáculos pintados ou fitados (pegas), estas marcas não devem ser ocultadas com as mãos/pés dos atletas;

### **REGRAS COMPETITIVE:**

#### **(competição equipa)**

- As equipas podem ser M / F ou mistas, composta por 3 atletas;
- A classificação da equipa será obtida com o 3º melhor tempo do atleta de cada equipa;
- Os obstáculos podem ser superados com ajuda entre os elementos da equipa, à excepção dos obstáculos de perícia, abaixo descritos;
- Poderão existir três obstáculos de perícia, “Tiro”, “Lança” e “Memorização” caso não os superes, a equipa terá de efetuar 20 burpees. Cumprido o desafio com sucesso, continuam em prova.
- A equipa tem de correr obrigatoriamente toda junta, pelo que a não transposição de um obstáculo por parte de um dos atletas, a equipa é desclassificada.
- Podes tentar ultrapassar tantas vezes quantas precisares, mas sempre que não conseguires ultrapassar, deves voltar a iniciar do obstáculo, no caso dos COMBIS, ao início do Combi.
- As equipas irão correr com uma pulseira no colete, que os identifica enquanto equipa.
- É obrigatório o atleta tentar fazer o obstáculo, sob pena de desqualificação;

### **REGRAS gerais de prova:**

- Usar obrigatoriamente o chip (pulseira ou outro) de forma bem visível.
- É da responsabilidade do atleta, avaliar o risco de cada obstáculo relativamente à sua própria condição física e mental.
- **Os Chips de cronometragem devem obrigatoriamente ser entregues no final (meta) sob pena de após verificação lhes ser exigida uma taxa de 5 euros.**

### **Challenge kids:**

Para os mais pequenos, a prova de obstáculos terá distâncias adequadas às idades, de carácter lúdico e sem qualquer tipo de competição e classificação.

A inscrição é por ordem de chegada ao local de prova que iniciará as 09H30.

Haverá medalha FINISHER para os primeiros 200 kids.

### **KIT DOS PARTICIPANTES:**

A distribuir pela organização – material de identificação em prova;



## REGULAMENTO DE PROVA

### Pós prova:

Medalha Finisher, abastecimentos líquidos e reforço alimentar (**fruta e salgados**), seguro desportivo e banhos.

### INSCRIÇÕES:

As inscrições estão limitadas a:

**Elites:** 200 atletas.

**Competitive:** 200 atletas

**Overall:** 1500 atletas/participantes.

### PREÇOS:

Os valores das inscrições passam de fase, após preenchidas as vagas:

	OVERALL	Competitive	ELITE	KIDS
<b>1ª Fase</b>	<b>16 €</b> (100 vagas)	<b>20 €</b> (100 vagas)	<b>25€</b> (100 vagas)	<b>Grátis</b>
<b>2ª Fase</b>	<b>18 €</b> (500 vagas)	<b>22 €</b> (50 vagas)	<b>28€</b> (50 vagas)	<b>Grátis</b>
<b>3ª Fase</b>	<b>20 €</b>	<b>25 €</b> (50 vagas)	<b>30 €</b> (50 vagas)	<b>Grátis</b>
<b>TriPack</b> (3 provas + outras ofertas especiais)	<b>48 €</b>	<b>55 €</b>	<b>70 €</b>	

### SEGURO DESPORTIVO:

Todos os atletas devidamente inscritos, estarão assegurados por um seguro desportivo de acordo com a legislação em vigor.

### HORAS DE PARTIDA:

- Dada a natureza do evento haverá horas de partida (starting times) que minimizará grandes aglomerados de participantes nos vários obstáculos e assegurarão a fluidez da prova.
- O primeiro grupo de participantes (ELITE) iniciará a prova às 09h10 (Masculinos) e às 09h20 (Femininos).
- De 15 em 15 minutos haverá partidas dos restantes grupos.
- Apenas em circunstâncias especiais procederemos a uma eventual alteração de hora de partida, com exceção na ELITE e COMPETITIVE;
- Todos os participantes que não estiverem à hora de partida ao grupo que pertencem, integraram o último grupo.
- TODOS os participantes devem respeitar a sua hora de partida.
- Caso se atrasem para a vossa partida devem contactar a organização de modo a serem colocados.



# REGULAMENTO DE PROVA

## **LEVANTAMENTO DE DORSAIS:**

- Haverá oportunidade de levantamento do CHIP no dia anterior ao evento em local e horário a designar.
- O levantamento CHIP no dia que antecede a prova leva a que o participante poupe tempo no dia da prova.
- Local para levantamento do Kit de participante, antes do dia da prova: a divulgar.

## **LEVANTAMENTO DE DORSAIS NO DIA DA PROVA:**

- Se não tiveres possibilidade de levantar o CHIP no dia anterior à prova, deves chegar pelo menos 1h antes da tua hora de partida (starting time) de forma a evitar constrangimentos.
- O capitão de equipa (team leader) poderá proceder ao levantamento dos CHIPS da restante equipa, mediante identificação e confirmação no local.

## **TEMPO DE PROVA**

- Os atletas deverão cumprir a prova no tempo máximo de 02h30.

## **PRÉMIOS e CLASSIFICAÇÕES:**

- A entrega dos prémios será realizada 2 horas depois da última partida.

### **Prémios:**

#### ELITE:

- geral (M/F: 1º ; 2º; 3º lugar)
- 1º escalão dos 35 aos 40 ( M/F: 1º, 2º e 3º lugar);
- 2º escalão dos 41 aos 49 ( M/F: 1º, 2º e 3º lugar);
- 3º escalão +50 ( M/F: 1º, 2º e 3º lugar).

#### COMPETITIVE:

##### Individual:

geral M/F (1º ; 2º; 3º lugar)

##### Equipas:

Equipa M/F e Mista (1º ; 2º; 3º lugar)

##### Geral Overall:

1º lugar - Equipa mais numerosa;

1º lugar - Equipa Forças e Serviços de Segurança;

1º lugar - Equipa sensação (originalidade e diversão – nomeado pelo staff)

## **DESCLASSIFICAÇÕES E IMPEDIMENTOS À PARTICIPAÇÃO:**

- Serão alvo de desclassificação da prova todos os participantes que não utilizarem o CHIP entregues para esse efeito.



## REGULAMENTO DE PROVA

- Os participantes que não seguirem as indicações da organização, nomeadamente, não seguirem o percurso marcado com bandeiras, setas e fitas de sinalização em alguns locais estratégicos.
- Pode ser recusada a participação na prova a pessoas que apresentem comportamentos considerados inadequados, causem distúrbios e ofensas junto de espectadores, a outros participantes ou elementos da organização, mesmo quando devidamente inscritos.
- Só é permitido acompanhar a prova e circular nos respetivos percursos pessoas, viaturas que tenham a identificação da organização, as viaturas da PSP, Militares, INEM, Bombeiros e imprensa acreditada.

### **GUARDA DE BENS E OBJETOS PESSOAIS:**

- Na “Event Village”, local de início e término de prova, teremos disponível um sistema de armazenamento de bens, no entanto, não assumimos qualquer responsabilidade sobre danos nos objetos.

### **INDICAÇÕES DE SEGURANÇA:**

- Deverás entrar na caixa de partida 15 minutos antes da hora de partida, onde será comunicado um conjunto de indicações de segurança ao qual deverás prestar atenção e cumprir.

### **ABASTECIMENTOS:**

- 1º abastecimento aos +/- 4ºkm – Água, bebida energética e fruta;
- 2º abastecimento, no final - Água, bebida energética e fruta.

### **STAFF:**

- O Staff presente em cada obstáculo tem a função de apoiar e orientar os atletas da prova, esclarecendo qualquer dúvida na transição dos obstáculos.
- Devem os atletas respeitar as orientações dadas pelo staff da organização.

### **BALNEÁRIOS:**

- Na “Event Village” haverá a indicação do local para banhos com água quente, no entanto, poderá acontecer não haver água quente suficiente para todos os atletas.
- É obrigatório o uso de chinelos na área dos balneários, bem como devem ser respeitadas as regras de boas condutas.
- Sendo esta uma prova em que os atletas terminam a prova sujos de lama, devem manter o local de banhos o mais limpo possível, respeitando assim todos os atletas.

### **ALIMENTAÇÃO:**

- Haverá uma zona de alimentação, com produtos diversos, proporcionando refeições rápidas e económicas.

### **REEMBOLSO DE INSCRIÇÕES:**

- A OCR Police Challenge, não tem obrigação de reembolsar o valor da inscrição, em caso de desistência do participante, contudo será analisado caso a caso.

### **CANCELAMENTO DO EVENTO:**

- Na eventualidade do cancelamento da prova, a OCR Police Challenge reembolsará todos os participantes, o valor da inscrição, no entanto, não assume qualquer responsabilidade sobre quaisquer outras despesas efetuadas.



# REGULAMENTO DE PROVA

## **REPORTAGEM FOTOGRÁFICA:**

- Ao inscreveres-te nas corridas da OCR Police Challenge, aceitas que a OCR Police Challenge, utilize fotos ou vídeos teus, para fins publicitários da organização.

## **CRONOMETRAGEM:**

Todos os atletas receberão um chip eletrónico, facilitando assim o registo de tempo e a consulta em tempo real do tempo efetuado e classificação.

Poderá existir um ponto de controlo, em local estratégico do percurso que permitirá um controlo intermédio dos atletas/participantes.

## **OUTROS ASSUNTOS:**

Qualquer outro assunto que não referido no presente regulamento, será deliberado pela direção da OCR Police Challenge, pelo que vigora como condição aceite pelos atletas.