



ORGANIZACIÓN

Fasnia Fit Race Strong está organizado por el centro deportivo **Fasnia Fit Club** conjunto a la colaboración del **excelentísimo Ayuntamiento de Fasnia** y patrocinadores que han velado por la gestión e impulso de dicho evento.

Fecha: 31 de MAYO 2025.

Lugar: Campo de Fútbol Miguel Díaz, Fasnia.

Plazas: 200 Plazas.

El evento se desarrollará sobre 4 categorías para los participantes: Dúo, Equipos, familia e infantil. Consta de distintas etapas en las que se trabajarán los cuatro bloques esenciales del ejercicio físico, en las cuales los participantes podrán poner a prueba sus límites en el mejor tiempo posible.

Estas etapas estarán subdivididas en dos tramos: RUN + WORKOUT (Carrera y Circuito).

Los ejercicios de **WORKOUT** serán publicados a partir del **1 de Abril** de manera progresiva, por las [redes sociales del evento](#) y se actualizarán en el reglamento, a medida que se vayan revelando.

La prueba tendrá una duración aproximada de entre 25 y 55 min. Dicho margen de duración se encuentra condicionado principalmente, por las distintas categorías de participación y por el nivel de l@s participantes.

Respecto a la dificultad técnica y al peso de los ejercicios que propondremos, deben entender que nuestra mayor pretensión es crear un evento participativo por lo que, la selección de las pruebas estará pensada para que todo tipo de perfiles deportivos puedan ser capaces de realizarlo. Obviaremos ejercicios muy técnicos, de disciplinas concretas o con un volumen de peso muy elevado. La idea es conseguir que l@s atletas lleguen a expresarse físicamente, pero con elementos que puedan realizar todas las disciplinas deportivas. Con esto pretendemos aunar deportista de diferentes índoles y que compitan en igualdad de condiciones.



INSCRIPCIÓN Y POLÍTICA DE DEVOLUCIÓN

Categoría funny family: 10€

Categoría junior: 15€

Categoría pareja: 45€

Categoría equipo: 60€

Una vez formalizada la inscripción, la organización no devolverá importe alguno de la misma. Si se deseara anularla por causa justificada o lesión con certificado médico, se puede contratar un seguro de cancelación por 5€ adicionales a la hora de realizar la inscripción y, se devolvería el resto del importe, en este caso fecha tope devolución sería 12 abril 2025.

Los cambios de participantes o cesión están permitidos desde la misma plataforma, zona participante hasta fecha máxima 12 de abril 2025.

En caso de que la carrera tenga que aplazarse o suspenderse, la organización se compromete a reservar el dorsal de la prueba para la nueva fecha en que se fije su celebración.

- **CHECK IN**

Una vez en el evento, el participante tendrá que registrarse para recibir el chip. En el check-in, el participante deberá presentar un documento oficial de identidad (DNI o pasaporte) y su confirmación de inscripción.

- **WARM UP**

Todos los participantes dispondrán de una zona de calentamiento designada con el equipo de la competición y otro material.



CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

Fasnia Fit Race Strong no es exclusivo de clasificación previa por lo que, cualquiera puede participar en el evento. Una vez inscrito, se consideran aceptadas las siguientes condiciones, incluyendo la manifestación y exoneración de responsabilidad, así como la política de privacidad.

- La edad mínima y máxima para los participantes dependerá de la categoría.
- Deben aceptar los términos y las condiciones de participación.

CATEGORÍAS Y SISTEMA DE CLASIFICACIÓN

● **Categoría FUNNY FAMILY**

- Edad comprendida desde los 3 años hasta 11 años.
- No dispone de escalafón clasificatorio por lo que, todo niñ@s participante recibirá medalla.
- Debe de ir acompañado de padre, madre o tutor.

● **Categoría JUNIOR**

- Edad comprendida desde los 12 años hasta los 18 años dividida según número de participantes.
- Esta modalidad contará de subcategoría: Femenino o masculino.
- Dispone de escalafón clasificatorio de posición y premios.

● **Categoría PAREJA**

- Divididos entre masculino, femenino y mixto.
- Dispone de escalafón clasificatorio de posición y premios.

- **Categoría EQUIPOS**

Compuestos por dos hombres y una mujer.

- Edad comprendida a más de 18 años.

- Se designará en 2 prueba por cada bloque troncal. (2 pruebas de fuerza, 2 pruebas de velocidad y dos pruebas de resistencia) Haciendo un total de 6.



LA COMPETICIÓN

Para completar toda la competición **Fasnia Fit Race Strong** y recibir un tiempo de finalización válido, los participantes deben completar los kilómetros de carrera y los workouts en el orden designado (carrera, workout, carrera, workout, etc.) hasta un total de kilómetros de carrera y workouts diferentes.

● **WORKOUT**

- Los workouts se deben completar en el orden establecido.
- Se deben cumplir los estándares de movimiento de todos los workouts.
- Los workouts se inician y finalizan en los puntos marcados.
- Un workout se da por finalizado tras completar el número correcto de repeticiones y/o distancias.
- Todos los workouts se deben ejecutar con el peso establecido para cada categoría.

● **ÁRBITROS Y HEAD JUDGES**

Para cada workout, un árbitro será responsable de asegurar que todos los participantes completen el workout de manera correcta y segura, cumpliendo con todos los estándares de movimiento.

Todas las decisiones del árbitro, el head judge, el director de carrera y los organizadores del evento son definitivas.



RESULTADOS Y CLASIFICACIONES

A tiempo real contaremos con el volcado de tiempos y clasificaciones.

Categoría Funny Family - Sin clasificación.

Categoría Junior - Clasificación según subcategoría de edad.

Primero, segundo y tercer puesto masculino

Primero, segundo y tercer puesto femenino.

Categoría Pareja - Clasificación según subcategoría.

Primero, segundo y tercer puesto masculino.

Primero, segundo y tercer puesto femenino.

Primero, segundo y tercer puesto mixto.

Categoría Equipos - Clasificación según subcategoría.

Primero, segundo y tercer puesto masculino.

Primero, segundo y tercer puesto femenino.

Primero, segundo y tercer puesto mixto.

*El/la dueña/o del centro deportivo ordenará de mayor a menor grado de condición física a su equipo ya que éstos competirán en este orden. Es decir, habrá enfrentamiento directo entre los primeros seleccionados de cada centro deportivo. De esa tanda saldrán los primeros puntos y así sucesivamente con las 4 tandas restantes.

Cualquier vuelta incompleta, repetición mal ejecutada o incumplimiento de los estándares de movimientos conllevan una penalización.



ROPAS Y ACCESORIOS

La forma de vestirse para la competición es decisión de cada participante.

Los participantes no podrán recibir ninguno de los accesorios permitidos de personas ajenas a la competición y deberán llevarlos en todo momento.

- **ACCESORIOS PERMITIDOS**

- Rodilleras.
- Guantes.
- Cinturón de halterofilia.
- Muñequeras.
- Sistemas de hidratación (ej. chalecos).

- **ACCESORIOS NO PERMITIDOS**

- Auriculares.
- Correas de levantamiento de peso.
- Móviles.

- **AVITUALLAMIENTO**

Al final de la carrera, habrá agua y otros vienes disponibles en el Zona de Transición para todos los atletas. Según el evento, el puesto de avituallamiento puede contar con otras bebidas o productos a disposición de los atletas. Otras bebidas o productos nutricionales están permitidos siempre y cuando los transporte el propio atleta, estando prohibido que reciban productos de personas ajenas a la competición.

También se dispondrá de paella como finalización del evento.



PENALIZACIONES

● PENALIZACIONES POR TIEMPO

- Vueltas incompletas.
- Distancia y Workouts incompletos o no realizados.
- Orden incorrecto de los Workouts / Carrera.
- Entrada y salida errónea de la Zona de Transición.
- Incumplimiento de los estándares de movimiento.
- Descalificación.

NORMAS DE CONDUCTA

Todos los participantes se comprometen a competir de manera justa y honorable. La falta de deportividad, por ejemplo, los intentos de engaño, la manipulación, las disputas excesivas, así como la interrupción y/o la obstrucción de la competición de otros participantes, pueden dar lugar a la suspensión, la descalificación y la prohibición de por vida de la competición o, incluso, a acciones legales. Cualquier participante que sea suspendido de la competición o vetado para futuros eventos no recibirá el reembolso de ninguna tarifa o cuota. Esto también se aplica a otros comportamientos que puedan perjudicar o molestar a los participantes, voluntarios, personal, patrocinadores y/o espectadores. A discreción de los organizadores del evento, cualquiera de las acciones mencionadas anteriormente puede ser adoptada contra.