

#SOYHARDRUNNER

# REGLAMENTO



El presente documento ha sido elaborado por el **equipo de Hard Running** con el objetivo de ofrecer al lector una visión clara y concisa sobre nuestro reglamento.



## 1. Introducción

HARD RUNNING es una carrera de obstáculos diseñada para poner a prueba la resistencia y fuerza de los corredores. Así como su habilidad para tomar decisiones rápidas y la capacidad de reírse de la adversidad. Nuestras carreras de obstáculos exprimirán hasta la última gota de su fortaleza, ingenio e instinto de supervivencia.

Sea cual sea la motivación, los corredores descubrirán, que lo que hace especial a HARD RUNNING, es el sentimiento y la deportividad que surge entre los participantes. Nosotros hacemos que cada corredor, dé lo mejor de sí mismo durante el recorrido de la prueba y llegue a superar sus propios límites, esos que diariamente el ser humano, presupone inalcanzables.

Este tipo de competiciones reafirman la amistad y la unión con los amigos y compañeros, pues desde HARD RUNNING apostamos por el esfuerzo tanto individual como colectivo.

Es por esto, que ofrecemos dentro de la prueba, varias modalidades y categorías de participación:

- Categoría competitiva, categoría popular y por equipos.

También enfocamos HARD RUNNING desde la diversidad generacional, adaptando los obstáculos a las diversas edades. Pudiendo hacer eventos infantiles.

## 2. Reglamento

Este reglamento es el que regirá las pruebas HARD RUNNING, y desde el momento de la inscripción todos los participantes en la prueba aceptan y acatan este reglamento y es su obligación conocer las reglas que lo componen. En caso de duda ante la interpretación de cualquiera de las reglas de la prueba, prevalecerá siempre el criterio del Director de Carrera.

- Podrán participar en la prueba reina todos los atletas sin importar condición, sexo o nacionalidad, y que tengan 14 años cumplidos el día de la prueba (de 14 a 18 años necesitarán autorización del tutor legal). Para la prueba de promesas, deberán tener mínimo 12 años (o tener 11 y cumplir 12 ese mismo año) y un máximo de 16.
- El recorrido de la HARD RUNNING será de 7 a 10 kilómetros, pudiéndose ampliar a la distancias que se estimen necesarias para incrementar la duración y exigencia de la prueba. Estará completamente señalizado y cerrado al tráfico. Contamos con un sistema de cronometraje con una tecnología ajena a la organización que será manipulada por operarios cualificados. El horario y el lugar de la prueba dependerán de la ciudad en la que se realice, especificándolos en la propia información de cada prueba.



- La prueba es una de las consideradas Carrera de obstáculos, esta se podrá desarrollar tanto en un entorno natural, como urbano o mixto. Consistirá en un recorrido con diversos obstáculos tanto naturales como artificiales como vallas, muros inclinados, charcos, paso sobre pirámides de madera, muros, neumáticos, pacas, alambradas, escaleras, trincheras de barro, fuego, arrastres, acarreos, monkey bars, etc., lo cual implica riesgos a la hora de afrontar y superar los obstáculos.
- Los obstáculos deberán pasarse como indique el juez o el voluntario que se encuentre en él, nunca sorteándolos, en caso de esquivarlo deberá realizar la penalización que se le indique por el juez o voluntario, hacerlo de otra forma supone no optar a los premios establecidos y ser descalificado de la prueba. Los participantes no podrán recibir ayuda en los obstáculos de carácter individual (Cargas, Cuerda, Poleas, Monkey Bars, etc.)
- Las inscripciones se realizan a través de [www.hardrunning.net](http://www.hardrunning.net) y los precios variarán según el tramo en que se encuentren las inscripciones. Así como dependiendo de las distancias y categorías. Una vez realizado el pago, recibirá un mail con su entrada e inscripción.
- Los dorsales y chips serán entregados el día de la prueba en el punto indicado en la información de cada prueba. Para retirar el dorsal tendrá que presentar la entrada que recibe a la hora de realizar el pago, podrá requerirse la presentación de DNI, NIE, pasaporte o libro de familia. Además, es importante que pueda entregar firmado el impreso de Renuncia de Responsabilidad y pacto de no demanda a la Carrera.
- Serán premiados los 3 primeros de cada categoría únicamente en la prueba competitiva.
- Todos los participantes estarán amparados por un seguro de accidente y otro de responsabilidad civil. Estarán excluidos de la cobertura del seguro los accidentes derivados de un padecimiento latente, imprudencia, negligencia, no hacer caso de las indicaciones del director de carrera, ignorar las indicaciones de los voluntarios de apoyo en los obstáculos, inobservancia de las leyes.... Quedan excluidos también los casos producidos por desplazamiento a/o desde el lugar en que se desarrolla la prueba. Ver aquí documento que deben firmar para realizar la prueba.
- Durante el desarrollo de la prueba se contará con servicio de prevención sanitaria, Policía Local, Guardia Civil y de cualquier otra competencia de responsabilidad necesaria para el correcto desarrollo de la prueba.



- Los participantes al realizar la inscripción declaran y asumen encontrarse en condiciones físicas óptimas para participar en este evento deportivo y asumen cualquier daño causado como consecuencia de una mala práctica.
- Cualquier corredor con problemas médicos (alergias, atenciones especiales,...) deberán hacerlo constar a los organizadores de la prueba en el momento de realizar la inscripción, de no hacerlo la organización no se hace cargo de las consecuencias. Ver aquí documento que deben firmar para realizar la prueba.
- Los dorsales, cintas o dorsal deberán colocarse en un lugar visible de forma que el corredor pueda ser identificable, siguiendo las instrucciones de uso y se recogerán en el punto indicado en la salida de la prueba.
- Motivos de descalificación:

-No seguir la ruta marcada.

-No salir en la tanda correspondiente.

-No realizar el recorrido completo.

-Tener actitudes antideportivas con corredores y/o jueces y/o voluntarios.

-No hacer caso de las indicaciones de jueces y/o voluntarios.

-No estar inscrito.

-Participar con el dorsal de otro atleta.

-No superar un obstáculo o en caso de no superarlo, no realizar la penalización correspondiente.

-Se podrá penalizar al competidor aun después de la carrera al revisar vídeos y fotografías, donde se demuestre que incurrió en alguna falta al reglamento.

-Recibir ayuda externa a la prueba

- El servicio de prevención sanitaria de la competición y la organización estarán facultados para retirar durante la prueba a cualquier atleta que manifieste un mal estado físico.
- Todos los participantes, por el hecho de inscribirse y de tomar la salida en la carrera aceptan el presente Reglamento y tienen conocimiento de la dificultad y dureza del recorrido.
- Al realizar la inscripción, cedo los derechos de imagen a la organización del evento, rechazando cualquier reclamación por salir su imagen en alguna foto, vídeo de la prueba, redes sociales habidas o por haber.
- Al finalizar la prueba y durante el recorrido tendrán avituallamiento líquido y sólido.
- Después de la carrera contarás con un lugar habilitado para quitarte el barro y curar tus heridas. Además contamos con un servicio de guardarropa.
- Después de la carrera pondremos fotos de la prueba.



- En caso de duda o de surgir alguna situación no reflejada en el mismo, se acatará lo que disponga el Comité Organizador.
- El no superar un obstáculo, superarlo de forma incorrecta o esquivarlo se penalizará con 15 burpees que se realizarán en la zona cercana al obstáculo donde indique el juez o voluntario de apoyo del obstáculo. En el caso de no superar la penalización o negarse a realizarla se considerará abandono de la prueba, debiendo entregar el dorsal al juez o voluntario del obstáculo, que tomara nota del dorsal.
- Todos los que terminen la prueba recibirán medalla, camiseta y/o cualquier otro obsequio por parte de la organización.
- En el caso excepcional de que por cualquier motivo ajeno a la organización durante la realización de la prueba tenga que variarse el recorrido y/o la superación de algún obstáculo, los participantes deberán seguir las instrucciones del Director de Carrera, juez o voluntario que este al cargo, pudiendo, en caso de ser un obstáculo el que se varíe, ser aplicada penalización para compensar la no realización del obstáculo.
- Al realizar la inscripción a HARD RUNNING declaro bajo mi responsabilidad:
  - NO padecer afecciones físicas adquiridas o congénitas, y/o lesiones que pudieran ocasionar trastornos en mi salud o condiciones de vida, como consecuencia de mi participación.
  - He realizado los controles médicos pertinentes y me encuentro médicamente apto/a y adecuadamente entrenado/a para la realización de las actividades que se desarrollarán.
  - Me comprometo a colaborar y cumplir con las instrucciones recibidas (organizadores, Policía Local, Protección Civil, Voluntarios, Jueces, etc), para garantizar la seguridad de todos los corredores y el buen discurrir de la carrera.
  - Declaro realizaré las actividades relacionadas con HARD RUNNING por mi propia voluntad, a mi propio y exclusivo riesgo asumo en forma exclusiva la responsabilidad de mis actividades, bienes, salud e integridad física y/o psíquica, deslindando de toda responsabilidad civil y/o penal y renunciando expresamente a efectuar cualquier tipo de reclamo al organizador y/o sponsors y/o instituciones, tanto públicas como privadas, participantes en la organización de HARD RUNNING, respecto de cualquier daño, incluido sin limitación de los daños físicos, morales, materiales, robo, hurtos, extravíos o de cualquier índole que pudiera sufrir o se me ocasionara en mi persona o en mis bienes antes, durante o después de la actividad relacionada con HARD RUNNING,, aunque los daños pudieran surgir por negligencia o culpa por parte de los nombrados.



- La organización se reserva el derecho de cancelar o aplazar una carrera por motivos externos a la organización, incluyendo las condiciones climatológicas adversas. En el caso de cancelación o aplazamiento los corredores podrán participar en otra carrera.
- Todos los obstáculos deberás pasarlos como indica la norma, en el supuesto de tener un obstáculo que no está en la norma prevalecerá lo indicado por el juez de obstáculo. El no hacer caso a la norma supondrá la descalificación directa.
- La actitud antideportiva, de increpación o de insulto en carrera a otro corredor, juez, voluntario u organización, así como al finalizar la misma supondrá no volver a participar en la tanda élite durante un año, pudiendo ampliarse esta durante más tiempo.
- Podrás hacer reclamación de los resultados hasta una hora después de la entrega de premios.
- Para reclamar un resultado tendrás que acreditar pruebas visuales.

### **Construcción de Obstáculos**

Los diferentes obstáculos y pruebas de esfuerzo a realizar en HARD RUNNING siempre estarán sujetos a las calidades de los materiales empleados, regladas siempre a nivel oficial. Pudiendo variar en dimensiones y forma, así como en la forma de ejecución.

### **Pruebas Infantiles**

Los niños son el presente, son el pilar del deporte y en ellos debemos asentar los inicios de una vida sana y de superación. Por eso en 2018, incluiremos en las pruebas HARD RUNNING, pruebas infantiles para niños de edades de entre 5 y 13 años. De esta forma, ofreceremos a los más pequeños, la diversión y como no, la pasión por el deporte que los mayores vienen demostrando en este tipo de pruebas.



**HARD  
RUNNING**

**MUCHAS  
GRACIAS  
POR SU  
ATENCIÓN.**

