

## CROQUIS RECORRIDO OBSTÁCULOS (+ KILOMETRAJE, AVITUALLAMIENTOS Y SANIDAD)

**(ACTUALIZADO A 2 DE OCTUBRE DE 2021)**

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. LA "CROQUETA"</li> <li>2. "RUEDÍMETRO".</li> <li>3. ALAMBRADA ALTA .</li> <li>4. SUBIDA MURO.</li> <li>5. OJOS DEL GATO NEGRO.</li> <li>6. PASO SOBRE CAMIÓN.</li> <li>7. PASO BAJO VEHÍCULO.</li> <li>8. "TRATA DE ARRANCARLO..."</li> <li>9. "TROPAS DE MONTAÑA".</li> <li>10. "LOGÍSTICA MILITAR".</li> <li>11. PASO SOBRE CONTENEDOR.</li> <li>12. IZADO DE CARGA.</li> <li>13. CARGA DE SACO TERRERO.</li> <li>14. TRANSPORTE DE CARGAS.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>15. VOLTEO DE RUEDA.</li> <li>16. "TRINCHERA DE IWOJIMA"</li> <li>17. TRAMO ACUÁTICO (NADO).</li> <li>18. PASO ALAMBRADA BAJA.</li> <li>19. EQUILIBRIO SOBRE TABLÓN.</li> <li>20. TRANSPORTE DE HERIDO.</li> <li>21. LA "TABLA DE SALVACIÓN".</li> <li>22. PASO SOBRE DADOS.</li> <li>23. "RODAR EL RULO"</li> <li>24. "RODAR LA RUEDA"</li> <li>25. PASO POR BARRAS</li> <li>26. "ZONA DE COMBATE"</li> <li>27. TALUD + TRAMO ACUÁTICO</li> <li>28. "VUELTA A LA CALMA"</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>29. ALAMB. / EQUILIBRIO / FUEGO<br/>OBSTÁCULO / PRUEBA "X"<br/>AVITUALLAMIENTO<br/>ATENCIÓN SANITARIA</li> </ol> |
|--|--|---|

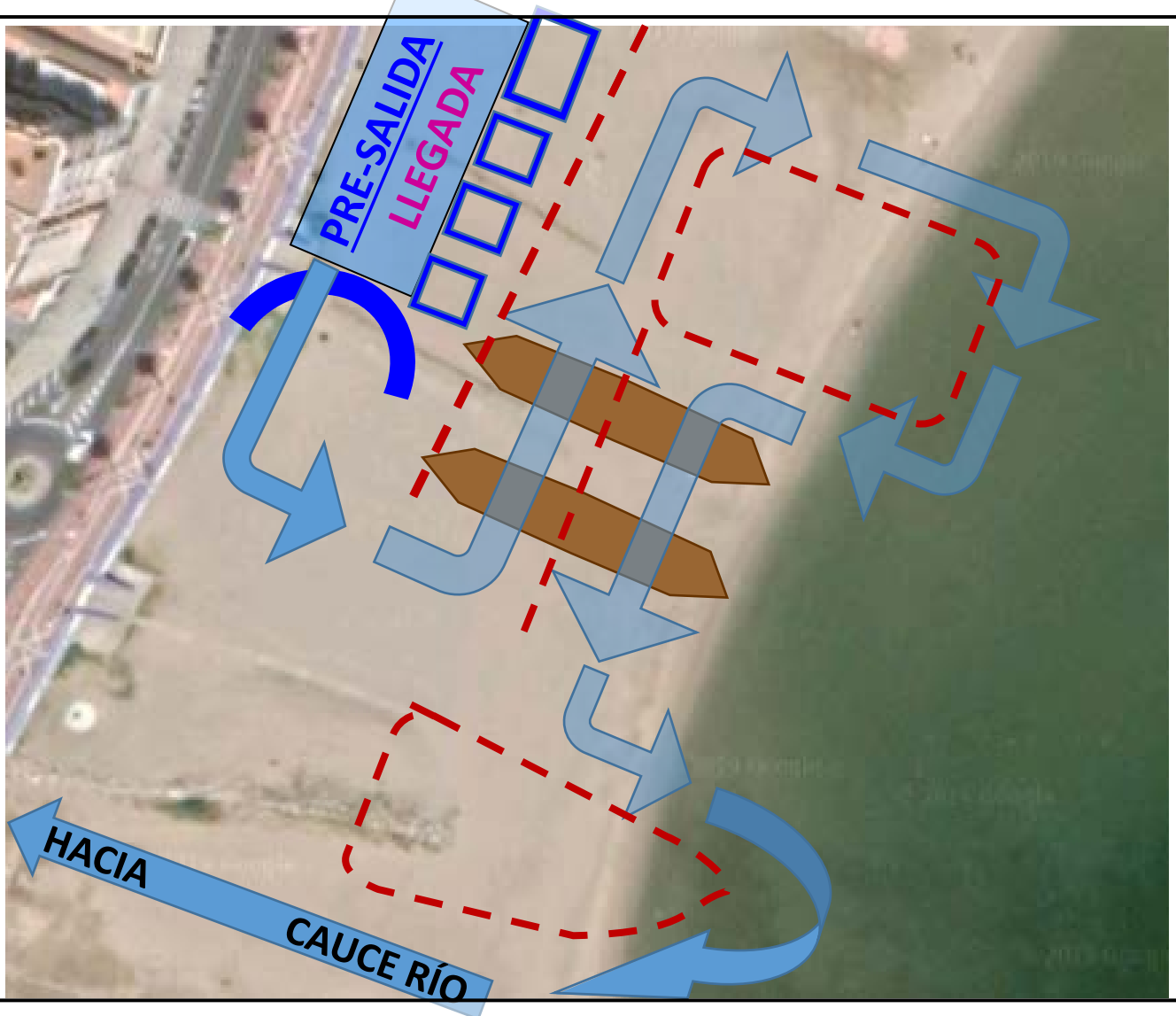




# OBSTÁCULO N° 1/28: LA "CROQUETA" (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- PASAR EN SENTIDO MARCHA POR OBSTÁCULO (MERLÓN–MERLÓN–TRAMO ACUÁTICO–MERLÓN–MERLÓN–TRAMO ACUÁTICO (LIMITADO POR VALLAS/CINTA SEÑALIZAR/MURO LATERAL).
- PENALIZACIÓN: NO RESPETO PASO ZONA SEÑALIZADA, REPITE PASO DE CADA MINI-OBSTÁCULO COMPONENTE QUE INFRINJA. COMPONENTE QUE NO SUPERA, HACE 15 BURPEES POR CADA MINI-OBSTÁCULO.



## NECESIDADES

- 20 VALLAS DE SEÑALIZAR Y 10 PIQUETAS + 200 M. CINTAS SEÑALIZAR
- 7-8 CONTROLADORES + 2 JUECES
- CAMIÓN + COND. PARA TPTE. MATERIAL (OJO PASO CARRIL BICI)
- **SOLICITAR A CAM APOYO CONSTRUCCIÓN MERLONES (+ MINIDESAFÍO)**
- **COMPROBAR PRESENCIA SOCORRISTA CON CAM**

## OBSTÁCULO N° 2: "RUEDÍMETRO" (INDIVIDUAL)

### NORMAS DE PASO

- PASAR EN EL SENTIDO DE LA MARCHA POR EL OBSTÁCULO (LIMITADO POR VALLAS DE SEÑALIZAR y/o MURO LATERAL) BAJO "LLUVIA DE CORTESÍA". SE PERMITE PISAR SOBRE LOS NEUMÁTICOS.
- PENALIZACIÓN: EL NO PASAR EL OBSTÁCULO CONLLEVA 15 BURPEES AL COMPONENTE DEL EQUIPO QUE NO LO HAGA.



### NECESIDADES

- 200 RUEDAS DE VEH. LIGERO (SIMILARES EN LO POSIBLE)
- 10 VALLAS DE SEÑALIZAR
- 2 CONTROLADORES + 1 JUEZ
- CAMIÓN + COND. PARA TPTE. RUEDAS A UBICACIÓN OBSTÁCULO (OJO PASO BAJO PUENTES)
- COORDINAR CON BOMBEROS ACTIVACIÓN RIEGO CON MANGUERA.
- DAR + PROFUNDIDAD QUE ANCHURA Y AGUA NO A CARA CORREDORES.

# OBSTÁCULO N° 3: PASO DE ALAMBRADA ALTA (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- PASAR EN EL SENTIDO DE LA MARCHA POR DEBAJO DEL OBSTÁCULO (LIMITADO POR FILA DE PIQUETES y/o MURO). NO SE PERMITE TOCAR LA ALAMBRADA / CUERDA SUPERIOR NI DE EXTREMOS LATERALES. SE PERMITE AYUDA ENTRE COMPAÑEROS. NO ES OBLIGATORIO PASAR TODO EL EQUIPO POR LA MISMA CALLE
- PENALIZACIÓN: NO PASAR OBSTÁCULO (MÁX. 3 INTENTOS) CONLLEVA 15 BURPEES AL COMPONENTE DEL EQUIPO QUE NO LO HAGA.



## NECESIDADES

- 50 PIQUETAS DE ALAMBRADA (RING - 8)
- 1.600 METROS DE CINTA DE SEÑALIZAR (CAM)
- 1 RED MIMÉTICA GRANDE (GREG 52); **DEBE QUEDAR A 90 CM. DE SUELO**
- 4 ALMÁDENAS / MAZAS.(RING - 8)
- 8 VALLAS DE SEÑALIZAR. (CAM)
- 4 CONTROLADORES + 2 JUECES.
- VAMTAC + REM + COND. PARA TPTE. MAT. A UBICACIÓN OBSTÁCULO.
- **SOLICITAR CAM APOYO DESBROZADO DESDE PUENTE A PUENTE**



# OBSTÁCULO N° 4: SUBIDA DE MURO (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- SUBIR EL MURO EN SENTIDO DE MARCHA (CON APOYO DE DIFERENTES PELDAÑOS SEGÚN CATEGORÍAS) SE PERMITE LA AYUDA ENTRE COMPONENTES DEL EQUIPO. NO ES OBLIGATORIO PASO DE TODO EL EQ. POR MISMA CALLE
- PENALIZACIÓN: NO PASAR EQUIPO AL COMPLETO CONLLEVA 15 BURPEES AL MIEMBRO DEL EQUIPO QUE NO LO PASE (ÉSTE SUBE POR PASO ALTERNATIVO CON ESCALERA CIRCUNSTANCIA).



## NECESIDADES

- 100 PALETS + MALLA
- **PREPARAR 3 TIPOS APOYOS (QUINT. MASC. / QUINTETOS MIX. / RESTO)**
- 100 M. CINTA DE SEÑALIZAR (CAM) + MALLA (TALUD)
- 1 ALMÁDENAS / MAZAS. (RING - 8)
- 6 PIQUETAS DE ALAMBRADA ALTAS. (RING - 8)
- 6 CONTROLADORES + 2 JUECES.
- VAMTAC + REM + COND. PARA TPTE. MAT. A UBICACIÓN OBSTÁCULO.
- **APOYO DE CAM LIMPIEZA Y DESBROZADO RAMAL Y TALUD.**
- **APOYO CAM (POL. LOCAL) MONTAJE DE CARRIL PARA CORREDORES (CON VALLAS + CINTA) Y REGULACIÓN TRÁFICO EN ROTONDA.**

# OBSTÁCULO N° 5: OJOS DEL GATO NEGRO (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- SOBREPASAR SUCESIVAMENTE, SIN TOCAR EL VEHÍCULO DOS TABLONES APOYADOS SOBRE DOS VEHÍCULOS URO, PERMITIENDOSE LA AYUDA DEL COMPAÑERO O EQUIPO, EL OBSTÁCULO DEBERÁ SER SUPERADO POR TODOS LOS MIEMBROS DEL EQUIPO.
- PENALIZACIÓN: SI SE DETECTA QUE EL PARTICIPANTE SE AYUDA CON EL VEHÍCULO, DEBERÁ REPETIR LA PRUEBA HASTA MÁXIMO 3 VECES. SI NO SE CONSIGUE, 15 BURPEES TODO EL EQUIPO.



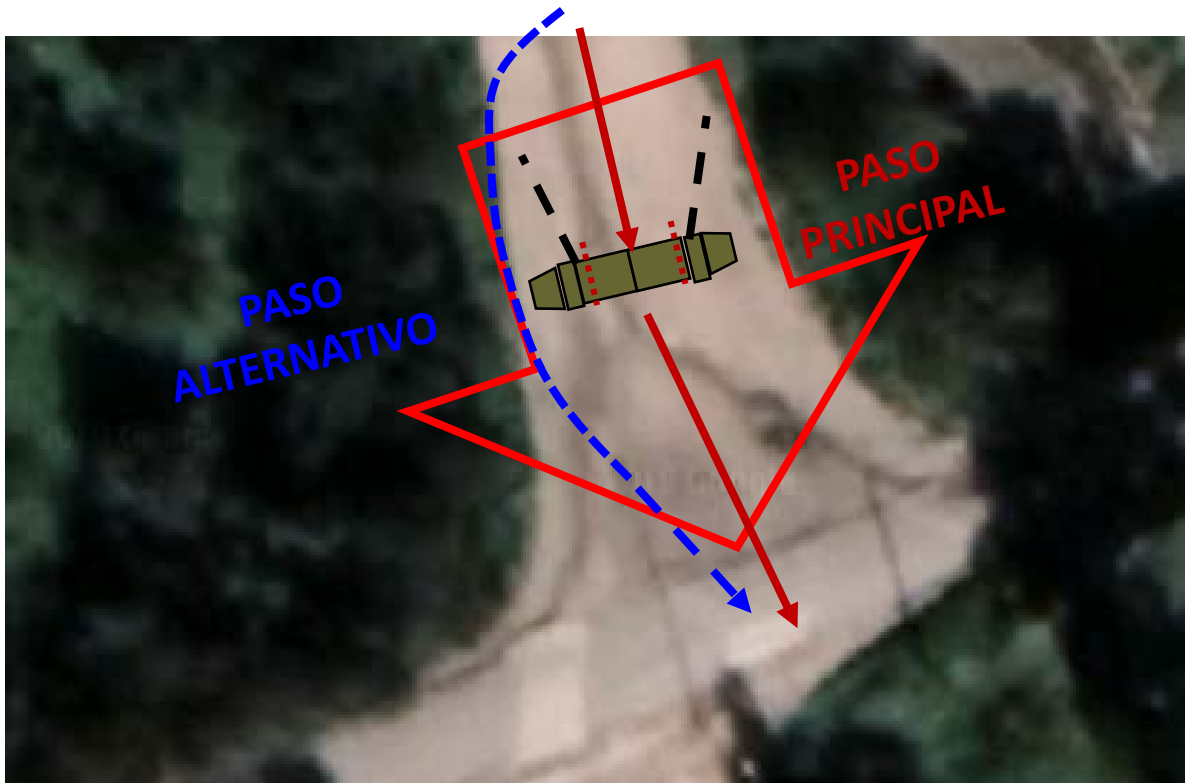
## NECESIDADES

- 3 URO VAMTAC
- 4 TABLONES ANCHOS.
- 4 MANTAS DE APOYO.
- 4 CONTROLADORES + 1 JUEZ
- ALTAVOZ CON LA CANCIÓN "MI GATO"

# OBSTÁCULO N° 6: PASO SOBRE CAMIÓN (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- SOBREPASAR LOS CAMIONES (ENTRE VALLADO) EN SENTIDO DE MARCHA POR LA ZONA ENTRE CINTA DE SEÑALIZAR. SE PERMITE AYUDA ENTRE COMPONENTES DEL MISMO
- PENALIZACIÓN: NO PASAR EL EQUIPO AL COMPLETO CONLLEVA 15 BURPEES ANTES DE IRSE A CADA COMPONENTE DEL EQUIPO. EL COMPONENTE QUE NO LO HAGA DEBE IR POR EL PASO ALTERNATIVO



## NECESIDADES

- 2 CAMIONES IGUALES SIN TOLDO Y LATERALES ABATIDOS / QUITADOS, APOYADOS POR SU PARTE TRASERA (MUY JUNTOS).
- 4 VALLAS DE SEÑALIZAR (CAM)
- 50 METROS DE CINTA DE SEÑALIZAR (CAM)
- 1 ALMÁDENAS / MAZAS. (RING - 8) / 8 SACOS TERREROS (RING - 8)
- 6 PIQUETAS DE ALAMBRADA ALTAS (RING - 8)
- 4 CONTROLADORES + 1 JUEZ.
- TAPAR CON 12 SACOS TERREROS POSIBLES RESALTES DE CAJA



# OBSTÁCULO N° 7: PASO BAJO VEHÍCULO (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- PASAR SUCESIVAMENTE BAJO EL CARRO DE COMBATE Y VEHÍCULO DE COMBATE PIZARRO. EL EQUIPO DEBE PASAR BAJO EL MISMO CARRO Y PIZARRO. SE PERMITE AYUDA ENTRE COMPONENTES DE EQUIPO
- PENALIZACIÓN: NO PASAR EL OBSTÁCULO CONLLEVA 15 BURPEES A CADA COMPONENTE DEL EQUIPO QUE NO LO HAGA (Y BORDEE EL OBSTÁCULO POR EL PASO ALTERNATIVO)



## NECESIDADES

- 6 CARROS DE COMBATE Y 6 VEH. CTE. PIZARRO (TODO RC – 10)
- 4 CONOS SEÑALIZACIÓN (ENTRADA, SALIDA Y PASO ALTERNATIVO).
- 6 CONTROLADORES + 2 JUECES.
- RECORDAR AL PERSONAL QUE HAY SALIENTES EN BAJOS.
- DISTANCIA ENTRE CARRO Y PIZARRO 5 M. MÁXIMO.



# OBSTÁCULO N° 8: "TRATA DE ARRANCARLO..." (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- EMPUJAR VEHÍCULO (ARRANCADO, PUNTO MUERTO) UNOS 20 M. HASTA QUE CABEZA DE CONDUCTOR ALCANZA LÍNEA FINAL (ÉSTE FRENA), EMPUJANDO DE REGRESO HASTA ALCANZAR POSICIÓN INICIAL. (HABRÁ DIFERENTES VEHÍCULOS/PESOS SEGÚN LA CATEGORÍA).
- PENALIZACIÓN: EL NO PASAR EL OBSTÁCULO (PRUEBA) CONLLEVA 15 BURPEES A TODOS LOS COMPONENTES DEL EQUIPO.



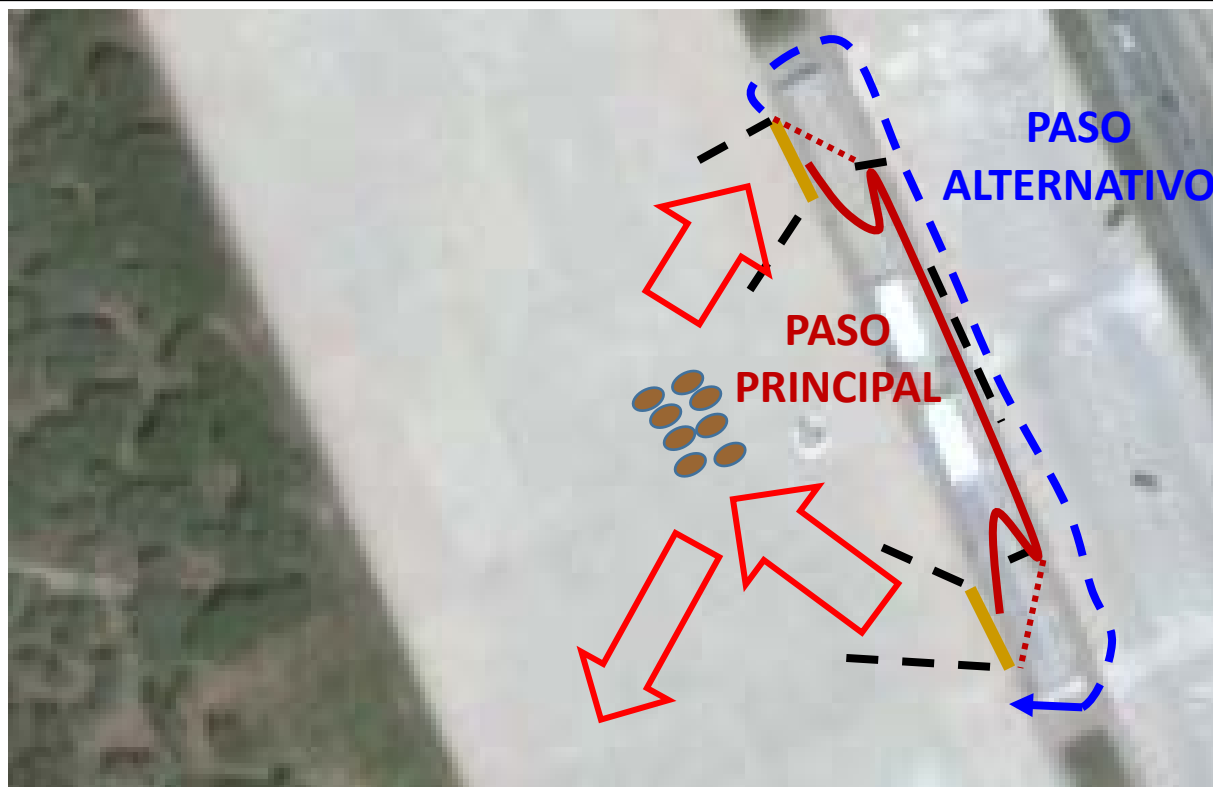
## NECESIDADES

- 6 VAMTAC IGUALES + 3 ANIBAL (+ COND, CON ARRANQUE Y P. MUERTO)
- MARCAR 2 LÍNEAS DE CONOS SEÑALIZACIÓN (2+10+10+4 TOTAL 26)
- DESPLEGAR 2 CONOS PARA MARCAR ZONA DE ENTRADA Y 4 CONOS PARA MARCAR ITINERARIO ALTERNATIVO.
- 6 CONTROLADORES (QUE ASIGNAN VEH) + 9 CONDUC. + 3 JUECES.

# OBSTÁCULO N° 9: "TROPAS DE MONTAÑA" (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- CADA CORREDOR RECOGER MOCHILA LASTRADA (DISTINTO PESO H/M). SUBIR DE EXPLANADA BASE ALFONSO XIII A TRIBUNA ASISTENTES, BAJANDO Y SUBIENDO POR ESCALERAS TRASERAS, PARA BAJAR DE NUEVO DE TRIBUNA A EXPLANADA Y DEVOLVER MOCHILA EN PUNTO RECOGIDA. SE PERMITE AYUDA ENTRE COMPONENTES EQUIPO.
- PENALIZACIÓN: NO PASAR OBSTÁCULO CONLLEVA 15 BURPEES A CADA COMPONENTE EQUIPO QUE NO LO HAGA (Y BORDEE OBSTÁCULO POR PASO ALTERNATIVO). TRAS OBSTÁCULO/SIN MOCHILA



## NECESIDADES

- 4+2 PAÑOS TIENDA MODULAR. FIJAR BIEN → EVITAR SUELTA TRAS PASO.
- ZONA DE PAÑOS DE SUBIDA + ANCHA QUE ZONA DE BAJADA
- 60 MOCHILAS ( ½ SACO TER. LLENO) + 20 ( ¼ SACO TERR.) DIFERENCIAR
- ENGALANAR TRIBUNAS (BANDERA) Y MEGAF. MÚSICA MILITAR (USBAD)
- 8 VALLAS DE SEÑALIZAR (CAM)
- 200 METROS DE CINTA DE SEÑALIZAR (CAM)
- 6 CONTROLADORES (PASO POR ESCALERAS O ALTERNATIVO) + 2 JUECES (SUBIDA Y BAJADA)

# OBSTÁCULO N° 10: "LOGÍSTICA MILITAR" (COLECTIVO)

## NORMAS DE PASO

- RECOGER **3** CAJA DE MUNICIÓN LASTRADA Y **2** TERMOS DE COMIDA LASTRADOS. ATRAVESAR MONTÍCULO (ENTRE CINTAS DE SEÑALIZAR), AVANZAR ENTRE ALAMBRADAS Y ENTRAR EN LA TRINCHERA CON SUMINISTROS, PASAR FOSO DE BARRO (ENTRE VALLAS) EN SENTIDO DE MARCHA Y DEVOLVER MATERIAL A PUNTO DE RECOGIDA. BINOMIOS SÓLO **2** CAJAS LASTRADAS.
- PENALIZACIÓN: NO RESPETAR PASO POR ZONA SEÑALIZADA, REPITE PASO DE CADA OBSTÁCULO (MONTÍCULO O FOSO) TODOS EL EQUIPO; SI NO SE SUPERA POR TODOS, 15 BURPEES CADA COMPONENTE DEL EQUIPO, TRAS DEVOLUCIÓN MATERIAL..



## NECESIDADES

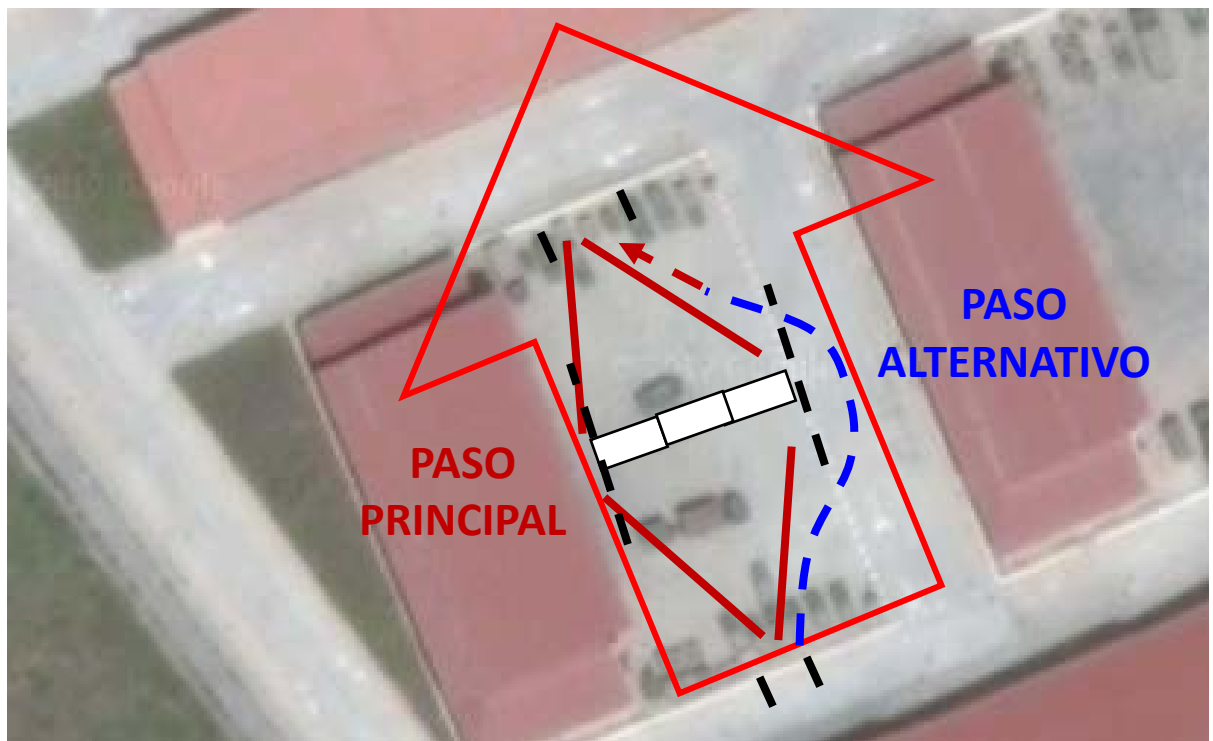
- 300 METROS DE CINTA DE SEÑALIZAR (CAM)
- **40** CAJAS **PEQ.** MUNICIÓN (**LLENAS DE ARENA**) Y **24** TERMOS (1/2 SACO)
- 16 PIQUETAS ALTAS DE ALAMBRADA Y **28** SACOS TERREROS (RING - 8)
- APOYO CAMIÓN ALJIBE LLENO (COMGEMEL) (**USAR LONA FONDO FOSO**)
- REPASO FOSO EXISTENTE (5X5X1 M) (EVALUAR APOYO RING- 8 / USBAD)
- 2+2+4 CONTROLADORES (CARGAS-JALONAMIENTO-PASOS) Y 2 JUECES
- **2 "FIGURANTES" CON FUSA HK (BROCAL) Y AML MG4 CON SUFICIENTE FOGUEO (ESLABONAR)** (DISPARAN CUANDO ENTRAN EN TRINCHERA)
- EVITAR TRAMOS ENLACE ENTRE MONTÍCULO Y FOSO CON SUCIEDAD



# OBSTÁCULO N° 11: PASO SOBRE CONTENEDOR (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- SOBREPASAR LOS CONTENEDORES (ENTRE EL VALLADO) POR TODO EL EQUIPO. (HABRÁ DIFERENTES APOYOS PREVIOS A LA SUBIDA AL CONTENEDOR SEGÚN LA CATEGORÍA).
- PENALIZACIÓN: NO PASAR EL EQUIPO AL COMPLETO CONLLEVA 15 BURPEES A TODO EL EQUIPO. EL COMPONENTE QUE NO LO HAGA DEBE IR POR EL PASO ALTERNATIVO.



## NECESIDADES

- 3 CONTENEDORES DE CARGA IGUALES CON TECHO OK (ULOG - 24)
- 2´+ 2 X2 + 2X2 + 2 (12) VALLAS SEÑALIZAR (CAM)
- VARIOS NIVELES RUEDAS BMR (SUBIDA) Y 36 COLCHONES (BAJADA)
- 3 ALTURAS DE APOYOS (QUINTETOS MIX. / QUINTETOS FEM. / BINOMIOS)
- 6 CONTROLADORES Y 2 JUECES. CARTELES VISIBLES → CATEGORÍAS
- RECORDAR PRECAUCIÓN AL BAJAR (ESGUINCES)
- QUITAR VEHÍCULOS AVERIADOS DE LA EXPLANADA CON TIEMPO.
- SE SEPARAN A LA LLEGADA POR ZONAS (HOMRES / MUJERES-MIXTOS).

# OBSTÁCULO N° 12: IZADO DE CARGA (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- EQUIPO IZA UN BULTO ATADO A CUERDA, (SIN DESPLAZAMIENTO DEL EQUIPO) HASTA QUE BULTO LLEGA A POLEA BAJÁNDOLO SIN GOLPEAR SUELO. (DIFERENTES BULTOS / PESOS QUE IZAR EN CADA CATEGORÍA).
- PENALIZACIÓN: SI NO SE CONSIGUE CONLLEVA 15 BURPEES A CADA COMPONENTE DEL EQUIPO; SI SE SUELTA EL BULTO SE REPITE PRUEBA



## NECESIDADES

- 5+5 TERMOS CON TIERRA (LLENO QUINT. MASC./MIX. / ½ LLENO RESTO)
- 12 CUERDAS LARGAS + 12 ANILLOS + 12 MOSQUET. SEGU. PARA IZADO
- MARCAR LÍNEA POSICIÓN EQUIPO ( X BANCOS CAMPAÑA)
- 10 SACOS TERREROS PARA AMORTIGUAR CONTACTO TERMO Y SUELO
- 6 + 2 CONTROLADORES Y 2 JUECES
- ACTIVAR LAVADERO PARA "DUCHA DE CORTESÍA" (USBAD)

# OBSTÁCULO N° 13: CARGA DE SACO TERRERO (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- ACCEDER AL OBSTÁCULO (PRUEBA) EN EL SENTIDO DE LA MARCHA RECOGIENDO UN SACO POR COMPETIDOR QUE DEBE REALIZAR UN CIRCUITO CON BAJADA A PISTA PARALELA Y SUBIDA DE REGREGO, DEJANDO EL SACO EN LA POSICIÓN INICIAL. NO SE PERMITE AYUDA ENTRE COMPAÑEROS
- PENALIZACIÓN: EL NO SUPERAR EL OBSTÁCULO CONLLEVA 15 BURPEES AL COMPONENTE DEL EQUIPO QUE NO LO HAGA.



## NECESIDADES

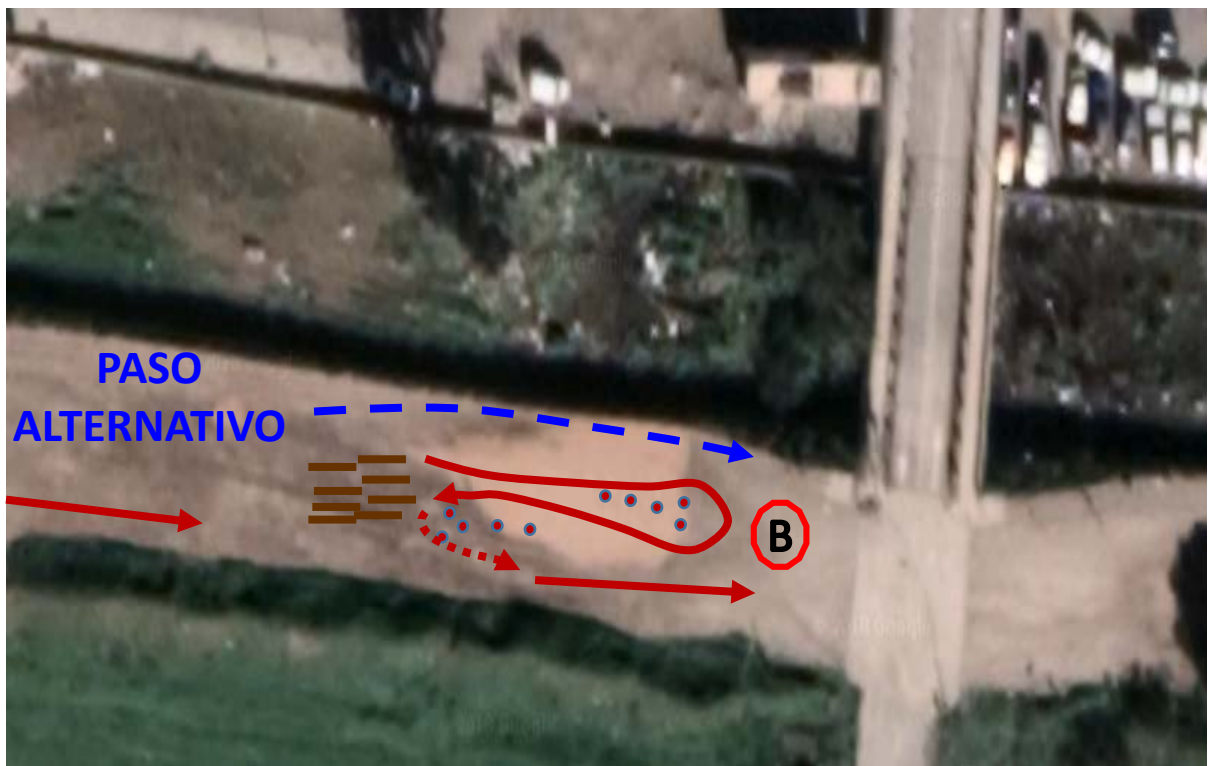
- 60 SACOS TERREROR LLENOS (RING - 8)
- 1 SACO DE CAL. (GREG 52) PARA MARCAR RECORRIDO
- 10 CONOS DE SEÑALIZACIÓN (GREG 52)
- 4 CONTROLADORES Y 2 JUECES
- VAMTAC + REM + COND. PARA TPTE DE MATERIAL A ESTACIÓN.



# OBSTÁCULO N° 14: TRANSPORTE DE CARGAS (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- ACCEDER A OBSTÁCULO EN SENTIDO DE MARCHA; RECOGER 1 TABLÓN / LONA POR QUINTETO / BINOMIO QUE DEBE REALIZAR UN RECORRIDO DE IDA, DEJAR LA CARGA Y REALIZAR 5 BURPEES Y TRAS RECOGERLA DE NUEVO, VUELTA RODEANDO POR LA IZQUIERDA SENDOS CONOS (O MARCAS), DEJANDO CARGA EN POSICIÓN INICIAL..
- PENALIZACIÓN: EL NO PASAR EL OBSTÁCULO (PRUEBA) CONLLEVA 15 BURPEES A LOS COMPONENTES DEL EQUIPO.



## NECESIDADES

- QUINTETOS: 6 + 6 (RESERVA) TABLONES DE MADERA (RING - 8).
- BINOMIOS: 4 LONAS DE 2 FRONTALES DE PUERTAS DE TIENDA MODULARENROLLADOS (EVALUAR PESO PARA BINOMIO) (GREG 52)
- 1 SACO DE CAL. (GREG 52) PARA MARCAR RECORRIDO A SEGUIR.
- 10 CONOS DE SEÑALIZACIÓN (GREG 52)
- 4 CONTROLADORES Y 2 JUECES
- VAMTAC + REM + COND. PARA TPTE DE MATERIAL A ESTACIÓN.

# OBSTÁCULO N° 15 VOLTEO DE RUEDA (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- DESPLAZAR LA RUEDA ENTRE TODO EL EQUIPO VOLTEÁNDOLA (NO RODANDO) 10 M HASTA SOBREPASAR LÍNEA INTERMEDIA Y DE REGRESO 10 M A LA DE SALIDA, DEJANDO LA RUEDA EN POSICIÓN ORIGINAL (HABRÁ DIFERENTES TIPOS DE RUEDAS SEGÚN CATEGORÍA)
- PENALIZACIÓN: SI SE DETECTA RODAJE DE RUEDA, EL EQUIPO DEBE VOLTEAR LA MISMA HASTA PUNTO DE INICIO DE PRUEBA Y REPETIR PRUEBA HASTA MÁXIMO 3 VECES. SI NO SE CONSIGUE, 15 BURPEES TODO EL EQUIPO.



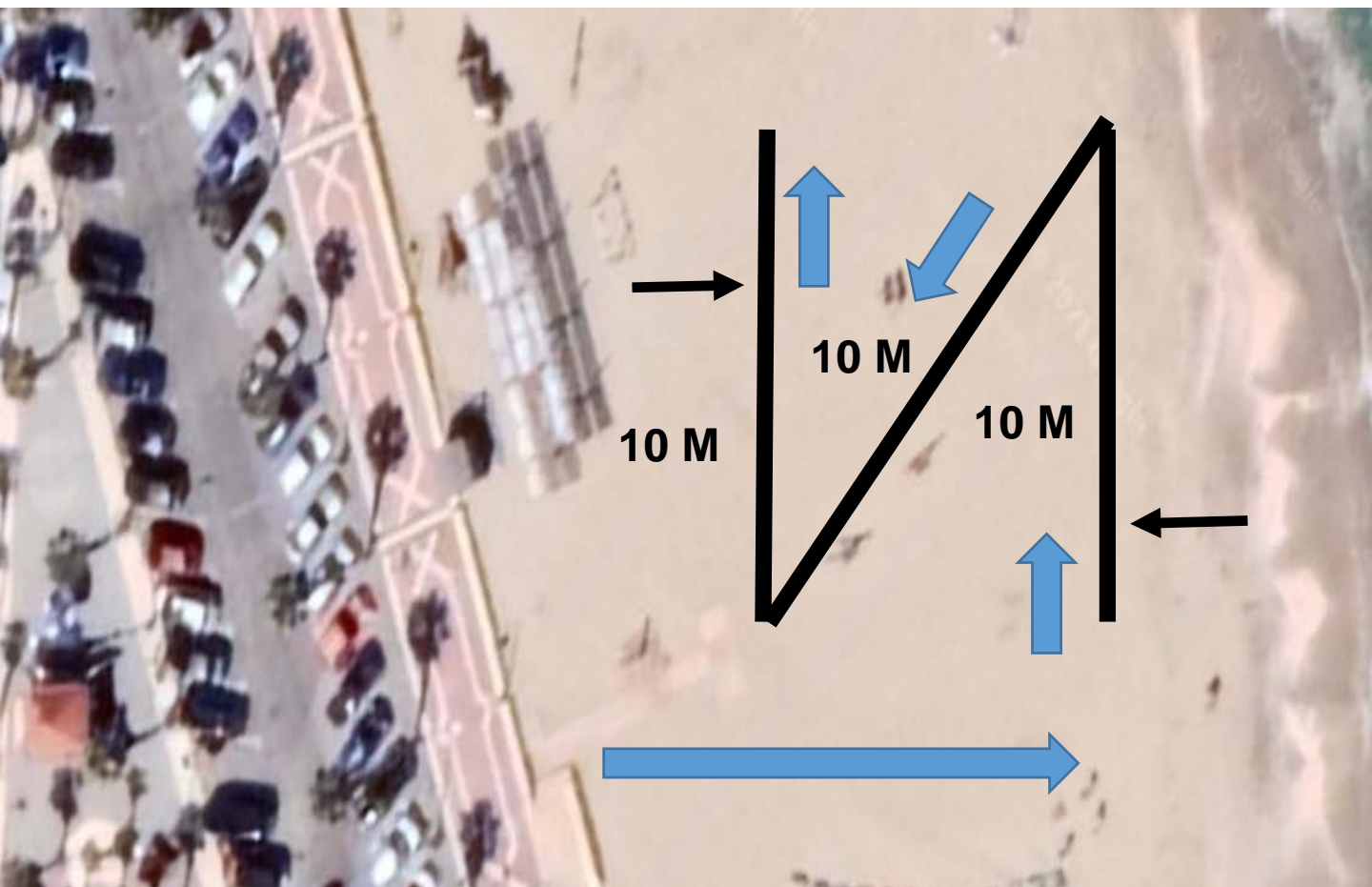
## NECESIDADES

- 4 RUEDAS DE CAMIÓN CON LLANTA COMPLETA (QUINTETOS)
- 4 RUEDAS DE CAMIÓN CON LLANTA EXTERIOR (BINOMIOS MASCULINOS)
- 4 RUEDAS DE CAMIÓN SIN LLANTA (BINOMIOS MIXTOS / FEMENINOS)
- MARCADO DE 2 LÍNEAS CON CINTA DE TEFLÓN EN SUELO
- 4 VALLAS SEÑALIZAR (CAM) + 100 METROS CINTA SEÑALIZAR (CAM)
- 8 CONTROLADORES + 2 JUECES

# OBSTÁCULO N° 16: TRINCHERA DE IWO JIMA (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- REPTAR EL RECORRIDO MARCADO, UNO DETRÁS DE OTRO DEL BINOMIO/EQUIPO.
- PENALIZACIÓN: SI SE DETECTA QUE EL PARTICIPANTE SE SALE DE LA TRINCHERA, TODO EL EQUIPO DEBERÁ VOLVER A REALIZAR LA PRUEBA HASTA MÁXIMO 3 VECES. SI NO SE CONSIGUE, 15 BURPEES TODO EL EQUIPO



## NECESIDADES

- PALAS PARA TRINCHERA (AL MENOS 60 CM DE PROFUNDIDAD)
- 3 PETACAS DE AGUA, PARA EMBARRAR LA TRINCHERA.
- 2 MG-42 CON MUNICIÓN DE FOGUEO.



# OBSTÁCULO N° 17: TRAMO ACUÁTICO (NADO) (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- ENTRA EN EL AGUA RODEANDO LA LÍNEA DE BOYAS Y ATRAVESAR DIQUE ENTRE TRAMOS DE CINTA DE SEÑALIZAR (AGUA - ROCA - ARENA) SE PERMITE AYUDA ENTRE COMPONENTES DE EQUIPO. **CASO DE ESTADO DE MAR DESFAVORABLE SE AJUSTARÍA PUNTO DE PASO.**
- PENALIZACIÓN: NO PASAR EL EQUIPO AL COMPLETO CONLLEVA 25 BURPEES A CADA COMPONENTE DEL EQUIPO QUE NO LO HAGA (Y PASE POR EL PASO ALTERNATIVO).



## NECESIDADES

- 100 M. CINTA DE SEÑALIZAR (CAM) Y 4 VALLAS DE SEÑALIZAR (CAM)
- COMPROBAR PRESENCIA DE SOCORRISTA (CAM+CRUZ ROJA)
- **MANTENER LÍNEA DE BOYAS HASTA 05OCT19 (C.A.M.)**
- **COMPROBAR PRESENCIA LANCHA SOCORRISTAS (CAM + CRUZ ROJA)**
- 10 PIQUETAS ALTAS ALAMBRADA (RING - 8) Y 1 ALMÁDENA (RING - 8)
- 4 CONTROLADORES Y 2 JUECES.
- 1 VAMTAC + COND. PARA TPTE. MATERIAL A ZONA.
- NO DAÑAR CARRIL-BICI EN DESCARGA MATERIAL (ZONA RESERVADA)

# OBSTÁCULO N° 18: PASO DE ALAMBRADA BAJA (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- PASAR EN EL SENTIDO DE LA MARCHA POR DEBAJO DEL OBSTÁCULO (LIMITADO POR FILA DE PIQUETES). NO SE PERMITE TOCAR LA ALAMBRADA / CUERDA SUPERIOR NI DE EXTREMOS LATERALES. (CADA EQUIPO POR UNA CALLE).
- PENALIZACIÓN: NO PASAR OBSTÁCULO (MÁX. 3 INTENTOS) CONLLEVA 15 BURPEES AL COMPONENTE DEL EQUIPO QUE NO LO HAGA.



## NECESIDADES

- 20 PIQUETAS DE ALAMBRADA .(RING - 8)
- 400 METROS DE CINTA DE SEÑALIZAR (CAM)
- 1 RED MIMÉTICA (GREG 52) **DEBE QUEDAR A UNOS 60 CM DE ALTO**
- 4 ALMÁDENAS / MAZAS. .(RING - 8)
- 4 VALLAS DE SEÑALIZAR. (CAM)
- 4 LETREROS CON NÚMEROS (1 a 4) EN A-4 SITUADOS EN OBSTÁCULO.
- 2 CONTROLADORES + 2 JUECES.
- VAMTAC + REM + COND. PARA TPTE. MAT. A UBICACIÓN OBSTÁCULO.
- NO DAÑAR CARRIL-BICI EN DESCARGA MATERIAL (ZONA RESERVADA)
- **INSTALAR ALTAVOZ CON MÚSICA DE ANIMACIÓN (PARTICULAR)**

# OBSTÁCULO N° 19: EQUILIBRIO SOBRE TABLÓN (INDIVIDUAL)

## NORMAS DE PASO

- PASAR POR ENCIMA DE LOS TABLONES ENLAZADOS EN SENTIDO DE MARCHA SIN TOCAR SUELO ENTRE SOPORTES DE AMBOS EXTREMOS DE OBSTÁCULO. NO SE PERMITE PASAR DE UN TABLÓN A OTRO. (CADA EQUIPO POR UNA CALLE; NUMERADAS; SE ASIGNARÁN AL LLEGAR)
- PENALIZACIÓN: NO PASAR OBSTÁCULO (MÁX. 3 INTENTOS) CONLLEVA 15 BURPEES AL COMPONENTE DEL EQUIPO QUE NO LO HAGA.



## NECESIDADES

- 4 + 4 TABLONES DE MADERA. (RING - 8)
- 96 SACOS TERREROS. . (RING - 8)
- 8 VALLAS DE SEÑALIZAR. (CAM)
- 4 LETREROS CON NÚMEROS (1 a 4) EN A-4 SITUADOS EN OBSTÁCULO.
- 4 CONTROLADORES + 2 JUECES
- VAMTAC + REM + COND. PARA TPTE. MAT. A UBICACIÓN OBSTÁCULO.
- NO DAÑAR CARRIL-BICI EN DESCARGA MATERIAL (ZONA RESERVADA)



# OBSTÁCULO Nº 20: TRANSPORTE DE HERIDO (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- ACCEDER A PRUEBA EN SENTIDO DE MARCHA TRANSPORTANDO A 1 DE LOS COMPONENTES: QUINTETO, EN CAMILLA (CORREAS ABROCHADAS); BINOMIO, A ESTILO LIBRE (HERIDO NO PUEDE TOCAR SUELO). PARA TODOS, REALIZAR RECORRIDO IDA / VUELTA 25+25 M, RODEANDO CONOS SEÑALIZACIÓN, DEJANDO CAMILLA o SOLTANDO HERIDO EN PUNTO INICIAL. SE PERMITE EN PUNTO INTERMEDIO (I) INTERCAMBIAR "ROLES" (EN AMBAS CATEGORÍAS)
- PENALIZACIÓN: SUELTA PREMATURA DE HERIDO, O TOCAR ÉSTE SUELO, SE REINICIA PRUEBA. EL NO PASAR EL OBSTÁCULO (PRUEBA) CONLLEVA 15 BURPEES A LOS COMPONENTES DEL EQUIPO.



## NECESIDADES

- 10 CAMILLAS LONA PERFECTO ESTADO (INCLUIDO CORREAS) (GREG 52)
- 10 CONOS DE SEÑALIZACIÓN (GREG 52)
- 10 VALLAS DE SEÑALIZACIÓN (CAM)
- 5 CONTROLADORES Y 2 JUECES.
- VAMTAC + REM + COND. PARA TPTE DE MATERIAL A ESTACIÓN.
- NO DAÑAR CARRIL-BICI EN DESCARGA MATERIAL (ZONA RESERVADA)

# OBSTÁCULO N° 21: LA "TABLA DE SALVACIÓN" (COLECTIVO PARA QUINTETO O BINOMIO)

## NORMAS DE PASO

- ATRAVESAR TRAMO NATACIÓN (IDA/VUELTA) RODEANDO FILA BOYAS, PORTANDO TABLÓN (SÓLO QUINTETOS), DEJÁNDOLO EN PUNTO ENTRADA EN AGUA. ATRAVESAR DIQUE Y ACCEDER A AGUA (**PROHIBIDO SALTAR**) HASTA ALCANZAR PLAYA. SE PERMITE AYUDA ENTRE MIEMBROS EQ. **ESTADO MAR DESFAVORABLE → AJUSTAR PASO**
- PENALIZACIÓN: NO PASAR EL EQUIPO AL COMPLETO CONLLEVA 25 BURPEES A CADA COMPONENTE DEL EQUIPO (QUIEN NO LO SUPERE, PASARÁ POR EL PASO ALTERNATIVO). **SALTAR A AGUA, REPITE PASO.**



## NECESIDADES

- 200 M. CINTA DE SEÑALIZAR (CAM) Y 4 VALLAS DE SEÑALIZAR (CAM)
- **6 + 6** TABLONES MADERA **POR CATEGORÍAS (QUINTETOS/BINOMIOS)**
- MANTENER LÍNEA DE BOYAS HASTA 05OCT19 (C.A.M.)
- COMPROBAR PRESENCIA DE SOCORRISTA (CAM+CRUZ ROJA)
- COMPROBAR PRESENCIA LANCHA SOCORRISTAS (CAM + CRUZ ROJA)
- 10' PIQUETAS ALTAS ALAMBRADA (RING - 8) Y 1 ALMÁDENA (RING - 8)
- 4 CONTROLADORES Y 2 JUECES.
- 1 VAMTAC + COND. PARA TPTE. MATERIAL A ZONA.
- NO DAÑAR CARRIL-BICI EN DESCARGA MATERIAL (ZONA RESERVADA)

# OBSTÁCULO N° 22: PASO SOBRE DADOS (INDIVIDUAL) (REGLAMENTO DE PASO)

## NORMAS DE PASO

- ATRAVESAR PERPENDICULARMENTE POR ENCIMA DE CADA FILA DE DADOS. SE PERMITE AYUDA ENTRE COMPONENTES DE EQUIPO.
- PENALIZACIÓN: NO RESPETO PASO POR ZONA SEÑALIZADA, REPITE PASO COMPLETO CADA CORREDOR QUE COMETA INFRACCIÓN. QUIEN NO SUPERE OBSTÁCULO 15 BURPEES Y PASO ALTERNATIVO (RODEO)



## NECESIDADES

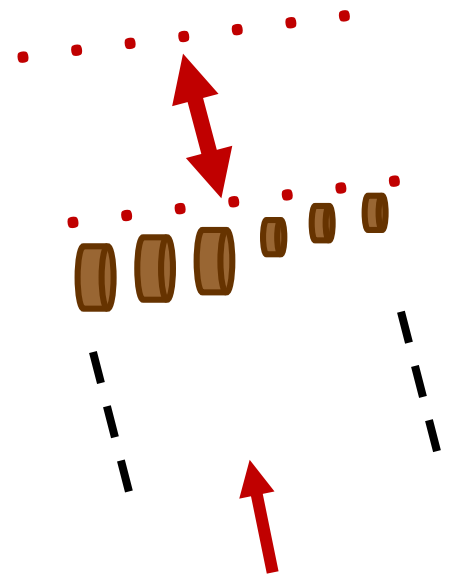
- 8 VALLAS DE SEÑALIZAR (CAM)
- 4 REDES MIMÉTICAS PARA CUBRIR ZONAS DE PASO
- 4 CONTROLADORES Y 1 JUEZ.
- 1 VAMTAC + COND. PARA TPTE. MATERIAL A ZONA.
- NO DAÑAR CARRIL-BICI EN DESCARGA MATERIAL (ZONA RESERVADA)



# OBSTÁCULO Nº 23: "RODAR EL RULO" (OBSTÁCULO COLECTIVO QUINTETO O BINOMIO) (REGLAMENTO DE PASO)

## NORMAS DE PASO

- CADA EQUIPO RUEDA UN "RULO" DE MADERA HACIA DELANTE Y DETRÁS, TRAS ALCANZAR LÍNEA MARCADA EN ARENA. (DIFERENTES RULOS/PESOS SEGÚN CATEGORÍA). SE DEJA EN POSICIÓN INICIAL.
- PENALIZACIÓN: SI NO SE CONSIGUE, 15 BURPEES TODO EL EQUIPO.



## NECESIDADES

- 3-4 BOBINAS MADERA (GRANDE QUINTETOS.) + 3-4 (MEDIANA BINOMIOS **MASCULINOS**) + 3 - 4 **PEQUEÑA (BINOMIOS MIXTOS Y FEMENINOS)**
- 2 X 7 CONOS DE SEÑALIZACIÓN (GREG 52)
- 4 VALLAS DE SEÑALIZACIÓN (CAM)
- 6 CONTROLADORES Y 2 JUECES.
- CAMIÓN + COND. PARA TPTE DE MATERIAL A ESTACIÓN.
- NO DAÑAR CARRIL-BICI EN DESCARGA MATERIAL (ZONA RESERVADA)