



\*Estas bases han sido actualizadas a fecha 1 de febrero del 2023, atendiendo a las necesidades de la competición: Unificando la categoría equipos RX e intermedio en intermedio, manteniendo los estándares del intermedio, y otorgando los premios económicos a los ganadores de dicha categoría, entendiéndola como la categoría de equipos más alta de la competición.

## *1. Resumen*

The Lion Challenge es una competición deportiva fitness funcional que tiene por objeto llegar a todos los y las atletas que viven esta disciplina de forma saludable, bajo el amparo del juego limpio y el respeto a las normas y los valores del deporte.

La organización está compuesta por la dirección y el personal de la empresa Dark Lion Sport Management S.L.

Es una competición que se desarrollará los días 21, 22 y 23 de abril del 2023, en las instalaciones del Espacio Tarumba, en Siero. La competición comenzará aproximadamente el viernes a las 18:00 y finalizará en domingo a las 18:00.

Será una competición con categorías masculinas y femeninas individuales RX, intermedio y escalado y categorías de equipos mixtos (3+1) intermedio y escalado.

No se realizará clasificatorio para participar en la competición, pero sí una vez inscritos los atletas para organizar las tandas y en la categoría individual RX-intermedio para definir que atletas participan en RX o cuales en intermedio.

Las instalaciones dispondrán de bar y cafetería durante toda la competición y menús fitness para quien quiera comer en las mismas instalaciones del Tarumba.

La organización se reserva el derecho de modificar la ubicación en el caso de que las condiciones climatológicas no permitan su realización en el Espacio Tarumba.

## 2. Categorías

Habrán dos categorías. Individuales y equipos.

Dentro de las individuales habrá categoría masculina y femenina, ambas con RX-Intermedio y escalado.

Los equipos serán de 4 personas, 3 integrantes masculinos y uno femenino. Tendrán categoría intermedio y escalado.

### Categoría Individual

Los atletas deberán inscribirse a la categoría que más acorde encaje con su condición física y dominios técnicos; RX-intermedio o escalado. Tras realizar el clasificatorio para organizar las tandas los primeros atletas de la categoría RX-intermedio individual masculino serán RX y los demás siguientes intermedios, en la categoría femenina las primeras clasificadas serán RX y las demás intermedias.

RX-Intermedio

- Requisitos RX: todos los dominios técnicos gimnásticos. Máximas de halterofilia. Manejo con soltura de 80/50 en Clean y 60/40 Snatch. Se podrán pedir máximas.
- Requisitos Intermedio: todos los dominios gimnásticos excepto RMU. Manejo con soltura de 70/45 en Clean y 50/35 Snatch. Se podrán pedir máximas.

Escalado:

- Requisitos: Simples de comba, Pull up, Chest to bar (pocas repeticiones y en finales) wall walk. Nos se permitirá Butterfly Pull Up / Chest to bar. Manejo de 50/35 en Clean y 40/25 en Snatch.

### Categoría equipos

Los equipos serán de 4 personas y se dividirán en 3 participantes masculinos y 1 femenino.

- Requisitos Intermedio: Entre todo el equipo se deben dominar todos los dominios gimnásticos excepto RMU. Todos los integrantes del equipo deberán ser capaces de realizar C2B Pull ups, Kipping HSPU, Rope Climb, y manejar con soltura de 70/45 en clean y 50/35 Snatch. Se podrán pedir máximas. En las finales se podrá pedir RMU.
- Requisitos escalado: Simples de comba, Pull up, chest to bar (pocas repeticiones y en finales) wall walk. Nos se permitirá Butterfly Pull Up / Chest to bar. Manejo de 50/35 en Clean y 40/25 en Snatch.

### **3. Calendario**

El 20 de diciembre del 2022 se abrirá la inscripción para los atletas, y se mantendrá abierta hasta completar inscripciones o hasta el 31 de enero.

El 1 de febrero se revisarán los inscritos en cada categoría y si hay alguna con personas en lista de espera y otras sin completar se podrá reestructurar el número de atletas en cada categoría o crear alguna categoría nueva. En este caso se notificará a los atletas en lista de espera su acceso a la categoría correspondiente y se abrirá un nuevo plazo de inscripción en caso de que queden categorías sin completar en febrero del 2023.

Cuando la organización considere oportuno se anunciará el Wod que todos los atletas deberán realizar para organizar las tandas y para determinar en la categoría RX-intermedio quién va en RX y quien, en intermedio, los atletas dispondrán de un tiempo razonable para realizar el Wod y enviarlo a la organización del evento.

La realización del Wod para organizar las tandas es obligatorio para todos los participantes, reservándose el derecho la organización de la competición a expulsar de la misma a aquellos que no lo realicen y lo envíen dentro de plazo sin derecho a devolución de la inscripción.

El viernes 21 de abril del 2023 a las 18:00 comenzará la competición y finalizará el domingo 23 a la misma hora.

### **4. La competición**

El viernes de 18:00 a 22:00 se realizará a primera tanda de Wods.

El sábado comenzará la competición a las 8:30 y finalizará a las 21:30.

El evento comenzará el domingo a las 8:30.

Semifinales:

- Individual RX: los 20 primeros atletas clasificados.
- Individual Intermedio: los 20 primeros atletas clasificados.
- Individual escalado: los 20 primeros atletas clasificados.
- Equipos: los 20 primeros equipos clasificados de cada categoría.

La final (Wod 10) se realizará el domingo tras completar las semifinales, pasarán a la final los 10 primeros atletas y equipos clasificados de cada categoría.

Las semifinales y la final puntuarán igual que los demás Wods.

## 5. Inscripción

La inscripción se realizará a través de la web de la competición: [www.thelionchallenge.es](http://www.thelionchallenge.es) y no se formalizará hasta que se haya realizado el abono de esta, los precios serán los siguientes:

- Categoría Individual: 74€
  - Categoría equipos (por equipo): 288€
- Todos los precios tienen el IVA incluido.

## 6. Premios

Todos los atletas que consigan pódium independientemente de su categoría recibirán una bolsa del ganador con diferentes productos de patrocinadores y colaboradores, además los atletas que consigan pódium en las categorías de intermedio equipos y RX individual recibirán un premio económico.

Categoría Individual:

- 1º Puesto: 400€
- 2º Puesto: 200€
- 3º Puesto: 100€

Categoría equipos:

- 1º Puesto: 600€
- 2º Puesto: 300€
- 3º Puesto: 150€

El box que más participantes tenga en la competición recibirá un premio aportado por Singular Wod de 400€ para la compra de material deportivo de dicha marca.