SANTA CRUZ

12 DIC - TENERIFE
PARKING PALMETUM

TRAVIESO

ECHO

HY-RACE 2K26

RUN - PUSH - ELEVATE

RULEBOOK

WWW.ECHOHYRACE.COM

TRAVIESO · Gobierno de Canarias · Islas Canarias LATITUD DE VIDA · Turismo de Islas Canarias · DXT TENERIFE

xenox producciones · BIKILA · GETSTRONG · NOCCO · AMAZONIA ACAI

INDICE

1. **ECHO HY-RACE** **3**
2. **FASES, FECHA Y LUGAR** **4**
3. **CATEGORIAS** **4**
4. **ESTÁNDARES DE PARTICIPACIÓN Y MOVIMIENTOS (TRAKCS)** **4**
5. **PREMIOS** **10**
6. **INSCRIPCIONES** **11**
7. **CHECK-IN** **11**
8. **SISTEMA DE CLASIFICACION** **12**
9. **JUDGES** **12**
10. **ROPA Y ACCESORIOS** **12**
11. **ZONAS DEL EVENTO** **13**
12. **PENALIZACIONES** **13**
13. **RESTRICCIONES Y NORMAS DE CONDUCTA** **14**
14. **ACEPTACION** **14**
15. **CANCELACION O APLAZAMIENTO** **15**
16. **CONTACTO** **15**



Travieso no sigue normas, marca sus propias reglas de juego, y por ello desarrolla esta propuesta de evento híbrido que combina 5 kilómetros de carrera y 3 tracks de fuerza o resistencia de forma intercalada.

No se trata de una competición únicamente sino de una experiencia para compartir conocimiento, motivación y sobre todo diversión.

1. ECHO HY-RACE 2K26

2025 marcó un antes y un después en el sector del fitness y las carreras con la combinación de ambas. **ECHO HY-RACE** revolucionó el sector con un evento híbrido que combina **5 kilómetros de carrera y 3 tracks** de ejercicios de fuerza o resistencia, de forma intercalada.

En **2026**, se celebrarán dos ediciones a lo largo del año, una en Junio y otra en Diciembre, que reunirá a más de 3 mil participantes procedentes de toda Europa, para medirse en un evento único por su formato y su contenido.

Habrá participación **individual** y por **parejas** en distintas categorías donde concentraremos y mezclaremos a los apasionados del running con la locura del fitness.

La carrera comienza con **1600 m** de carrera que sigue con el track 1 (Metcon 1) donde hay que superarlo, repitiendo la secuencia con carreras de 1600 metros hasta completar los 3 wods y los 5 kms establecidos. Estos WODS mantienen un orden específico que los atletas no pueden saltarse pudiendo varias el número de repeticiones/metros/calorías y el peso dependiendo de la categoría.

Se establecerá un ranking general de cada categoría que registrará el orden de los atletas en función del tiempo que tarden en completar la prueba, del más rápido al más lento, siendo el/la ganador/a quien acabe con el menor tiempo.

2. FASES, FECHAS Y LUGARES

Cada fase presencial es individual, manteniendo la misma estructura en cada edición.

12/12/26 – Parking del Palmetum, Santa Cruz de Tenerife.

SIMULACROS

08/08/26 - CrossFit Lanzarote, Lanzarote.
12/09/26 - Testa Training, La Laguna. Tenerife. [ECHO HY-GAMES 26]
07/11/2026 - ExpoDeca, Infecar, Las Palmas de Gran Canaria.

Cada evento tendrá una duración de un día con un horario bastante ajustado y estructurado, arrancando a las **13:00h** y culminando a las **21:00h**. Pudiendo ampliar horario y días en función de las inscripciones.

La competición se desarrollará siguiendo el orden de participación de las distintas categorías.

3. CATEGORIAS

- **ECHO PRO (3 tracks + 5 km)** La participación será individual en 2 categorías.

MALE / AGE
FEMALE / AGE

- **ECHO OPEN (3 tracks con menor peso + 5 km**) La participación será individual en 3 categorías.

MALE / AGE
FEMALE / AGE
ADAPTIVE

- **ECHO DUAL PRO (3 tracks + 5 km)** La participación será en parejas en 3 categorías.

MALE (chico-chico)
FEMALE (chica – chica)
MIXTO (Chico – chica)

- **ECHO DUAL OPEN (3 tracks con menor peso + 5 km**) La participación será en parejas en 3 categorías.

MALE (chico-chico)
FEMALE (chica - chica)
MIXTO (Chico – chica)

3.1. CATEGORÍA INDIVIDUAL (Echo Pro)

ECHO HY-RACE cuenta con 1 modalidad individual, **ECHO PRO,** dividida en 3 categorías (***MALE, FEMALE y ADAPTIVE***) donde se contemplan los diferentes rangos de edad.

En la categoría **ECHO PRO**, los atletas deben completar los **5 kms y los 3 tracks.**

La participación en la competición será por tandas formadas por atletas de la misma categoría.

3.2. CATEGORÍAS EN PAREJAS (Echo Dual Pro y Echo Dual Open)

TRAVIESO ECHO HY-RACE cuenta con 2 modalidades en parejas, **ECHO DUAL PRO** con 3 categorías y **ECHO DUAL OPEN** con 4 categorías.

En las categorías **DUAL**, los atletas deben completar entre ambos componentes los **5 kms y los 3 tracks**, debiendo realizar juntos la carrera. Las repeticiones y metros de cada workout podrán repartirlas eligiendo la estrategia que prefieran.

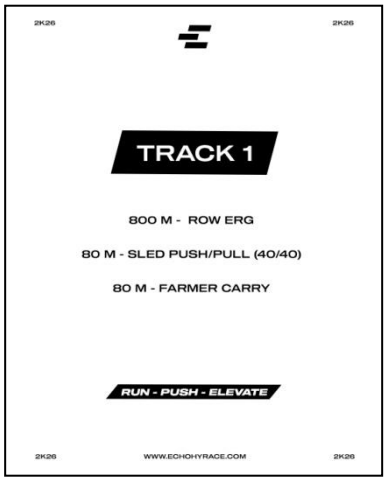
La participación en la competición será por tandas formadas por atletas de la misma categoría.

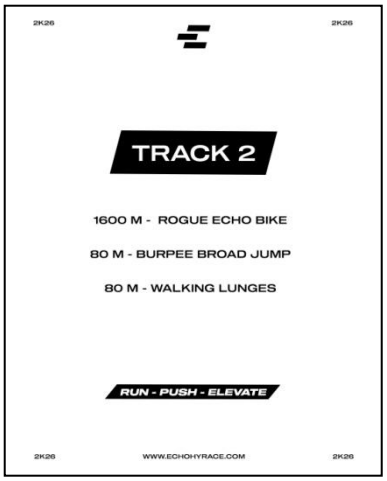
ESTÁNDARES DE PARTICIPACIÓN EN CADA CATEGORÍA INDIVIDUAL Y DUAL (Pesos, repeticiones y metros)

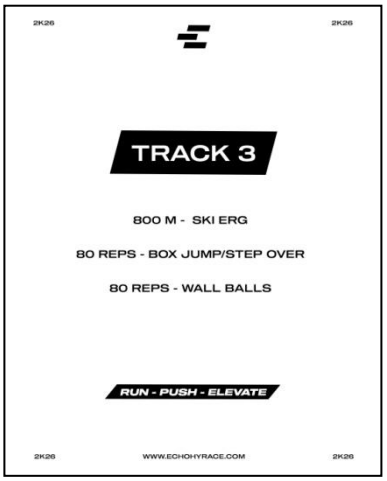
	FEMALE OPEN / MIXTO OPEN / DUAL ADAPTIVE	FEMALE PRO / MIXTO PRO / MALE OPEN* / ADAPTIVE IND	MALE PRO
ROW ERG	800 M	800 M	800 M
FARMER CARRY	12,5 kg	20 kg	27,5 kg
WALKING LUNGES	80M / 10 kg	80M / 20 kg	80M / 30 kg
SKI ERG	800 M	800 M	800 M
BURPEE BROAD JUMP	80 M	80 M	80 M
BOX JUMP/STEP	50 CM	60* / 50 CM	60 CM
ROGUE ECHO BIKE	1600 M	1600 M	1600 M
WALL BALL	3 kg	6 kg	9 kg
SLED PULL/PUSH	75 kg	100 kg	125 kg

** En la categoría **ADAPTIVE** se adaptarán los pesos y ejercicios a las capacidades de cada atleta.*

4. ESTÁNDARES DE PARTICIPACIÓN Y MOVIMIENTOS (TRACKS)







4.1. TRACKS

En las categorías individuales, los atletas deben completar el **100%** de las carreras y workout en cada track siguiendo el orden establecido. Modificar o alterar dicho orden, conllevará una penalización que veremos en los siguientes puntos.

En las categorías **DUAL**, el formato de participación será ***"I GO YOU GO",*** donde un componente del equipo trabaja mientras el otro descansa, exceptuando en la carrera que deben realizarla juntos. No está permitido empezar ningún track hasta que ambos componentes hayan llegado a la zona. Si pudiendo esperar el componente que llegue primero preparado para comenzar el ejercicio. Así como deben entrar en meta a la misma vez y nunca por separado. Los miembros del equipo pueden dividir los ejercicios manteniendo la estrategia que prefieran siguiendo las pautas fijadas. Para poder hacer el cambio, deben darse relevo teniendo cualquier contacto el uno con el otro (*p.ej: Chocar la mano, tocar el hombro…)*

PUNTOS IMPORTANTES:

- *Deben completarse los tracks en el orden establecido.*
- *Se deben cumplir los estándares de movimiento de todos los tracks.*
- *No se puede abandonar el track hasta que el atleta o ambos atletas hayan completado el total de reps/metros solicitados.*
- *Se debe realizar el workout de cada track con el peso/metros/altura establecido para cada categoría.*
- *Se debe dar el relevo tocando cualquier parte del cuerpo para poder cambiar o iniciar carrera/track.*

4.2. CARRERA

- **Categorías individuales:** Los atletas deben completar el 100% de las carreras entre tracks de 1600 m.

- **Categorías TEAMS:** Los miembros de la pareja deben correr juntos durante la carrera. Si uno de los miembros lleva un ritmo mayor y llega primero al track, debe esperar al otro componente para comenzar a realizar los ejercicios. Tampoco está permitido iniciar la carrera sin haber completado el workout de cada track. Esto conllevará una penalización de 3 minutos.

La distancia de carrera será siempre 1600 m, divididas en 2- 3 vueltas. La organización se guarda el derecho de modificar los metros de carrera, así como los tracks, dependiendo de la sede y condiciones donde se realice el evento.

4.3. ESTÁNDARES DE MOVIMIENTO, DISTANCIAS Y PESOS

En este punto se describen los estándares de movimiento y ejecución de cada track.

Cualquier mala praxis y/o ejecución incorrecta, inusual o poco común, que varíe los estándares establecidos y resulte una ventaja para el atleta o equipo, no será aceptada y supondrá una penalización o ***"NO REP".***

1. WALL BALLS

- El balón debe situarse inicialmente en el suelo y el/la atleta se colocará frente a la diana.
- En cada repetición, el participante debe lanzar el balón debiendo entrar en contacto directo con la diana. La altura de la diana será 2,80 cm.
- El/la atleta comenzará el movimiento cogiendo el balón con ambas manos y realizando una sentadilla, rompiendo el ángulo de 90º, para posteriormente lanzarlo hasta el objetivo, completando la extensión de rodillas, cadera y codos.
- En caso de que el balón no entre en contacto con el objetivo o no se haga la sentadilla bajando por debajo de los 90º, la repetición no será válida (NO REP)
- En el caso de DUAL, uno de los componentes debe esperar detrás de la diana en la que se está trabajando, debiendo dejar el balón en el suelo y dar el relevo para que el otro comience a trabajar. NO está permitido trabajar simultáneamente ya que para dar el relevo, el balón no tocaría el suelo NUNCA.
- Los pesos para las distintas categorías son los siguientes:
  - **DUAL OPEN FEMALE / DUAL OPEN MIXTO: 3 KG**
  - **FEMALE PRO / DUAL MIXTO PRO / DUAL MALE OPEN* / ADAPTIVE PRO IND: 6 KG**
  - **MALE PRO / DUAL MALE PRO: 9 KG**

2. SKI ERG

Distancia: 800 metros

- Un juez se encargará de reiniciar la máquina. Cada atleta o equipo puede modificar el ventilador a la resistencia que prefiera para completar el total de metros.
- Los pies del atleta deben posicionarse encima de la plataforma en todo momento durante el workout.
- El atleta o equipo debe levantar la mano para avisar al juez cuando esté cerca de completar los 800 m para verificar la distancia y proceder a realizar la siguiente carrera.
- En el caso de Teams, uno de los componentes debe esperar detrás del atleta que está trabajando, dar el relevo para que el otro comience a trabajar.
- NO está permitido tocar el display por los atletas pudiendo alterar la prueba. En caso de que un ski erg fallara, se avisará a un juez para designar otro y comenzar a trabajar a partir de los metros realizados hasta completar el total restante.

3. BOX JUMP/STEP OVER

- Altura para las categorías ECHO PRO/STRENGHT MALE y ECHO TEAM MALE, será de 60 cm. Mientras que la altura para las categorías ECHO PRO/STRENGHT FEMALE, ECHO PRO JUNIOR, ECHO TEAMS PRO/INTRO FEMALE y ECHO TEAMS MIXTO, será de 50 cm.
- Los atletas y equipos completarán un total de 80 repeticiones en el mismo cajón.
- Los atletas pueden saltar o subir y bajar del cajón. En cada repetición, el atleta debe hacer contacto con la parte superior del cajón con ambos pies, subiendo por un lado del cajón y bajando por el opuesto. NO ES OBLIGATORIO que los pies hagan contacto con la parte superior del cajón al mismo tiempo.
- Durante el proceso de bajar o saltar fuera de la caja, ambos pies deben hacer contacto con el suelo en el lado opuesto de la caja donde comenzó la repetición para que se cuente la repetición.
- No es necesaria la extensión completa de cadera en la parte superior de la caja.
- En las categorías ADAPTIVE, La altura para categorías Adaptive se modificará y variará en función de la discapacidad del atleta, adaptándolo a sus capacidades para que puedan completar la prueba con éxito. Si es necesario para ayudar con limitaciones físicas, se permite el contacto incidental de manos y rodillas para completar la repetición. Si el contacto incidental de manos y rodillas se utiliza para ayudar en la transición por encima de la caja, todo el cuerpo debe pasar por encima de la parte superior de la caja y ambos pies (plantas, dedos, talones o lados de los zapatos) deben hacer contacto con la parte superior de la caja en el camino hacia arriba. Si se utilizan las manos para ayudar a completar la repetición al pasar por encima de la caja, ambas manos deben retirarse de la caja antes de que se cuente la repetición. Se permite que una mano haga contacto con la caja cuando un competidor está bajando o saltando desde la caja.

4. WALKING LUNGES

Distancia: 80 metros (Carril de ida y vuelta con 20 metros de distancia. Hay que completar 2 vueltas)

- Los pesos de powerbag para las distintas categorías son los siguientes:
  - **FEMALE OPEN / DUAL OPEN FEMALE / DUAL OPEN MIXTO: 10 KG**
  - **FEMALE PRO / DUAL MIXTO PRO / MALE OPEN / DUAL MALE OPEN / ADAPTIVE: 20 KG**
  - **MALE PRO / DUAL MALE PRO: 30 KG**

- El movimiento comienza cuando el atleta recoge el powerbag de la zona designada al principio de su carril.
- El participante comienza en posición vertical con ambos pies detrás de la línea de salida y el powerbag sobre los hombros.
- Una repetición termina con la extensión completa de rodillas y la cadera. En cada zancada, la rodilla trasera debe tocar el suelo obligatoriamente.
- El atleta puede dar zancadas de manera continua o detenerse después de cada zancada con ambos pies en el suelo, siempre y cuando complete extensión en cada rep.
- Está prohibido dar cualquier paso entre repeticiones.
- El ejercicio se completa cuando el participante devuelve el powerbag a la zona designada tras la línea de meta.
- Si el atleta infringe cualquiera de los puntos mencionados anteriormente, la repetición queda invalidada. Al segundo aviso, el participante recibe una penalización de 3 minutos. Si se repite una tercera vez, queda descalificado.
- En categorías DUAL, el atleta que descansa puede acompañar detrás del que trabaja o esperar en la zona inicial de su carril para hacer el relevo. Si el miembro que descansa obstruye invadiendo otro carril y perjudicando a otros participantes, la pareja recibirá una penalización de 3 minutos.
- En las categorías individuales, se podrá dejar el powerbag en el suelo para descansar hasta un máximo de 2 veces. Si lo deja una tercera vez, quedará descalificado el atleta.

- En las categorías DUAL, No está permitido dejar el saco en el suelo. El saco debe permanecer sobre los hombros del participante en todo momento y realizar el cambio pasando el powerbag de un componente a otro. Dejar el saco en el suelo una vez implicará una penalización de 8m de distancia, es decir, que retrasan 8 metros para continuar con el ejercicio. Si se deja el saco en el suelo una segunda vez, la pareja quedará descalificada.

5. SLED PUSH/PULL

Distancia: 80 metros (Carril de 10 metros de distancia. Hay que completar 4 tramos de SLED PULL y 4 tramos de SLED PUSH en total)

• Tanto el trineo completo como los atletas deben estar detrás de las líneas marcadas antes de comenzar.

• El atleta o equipo intercalará un Sled Pull seguido de un Sled Push. En el caso de DUAL, pueden hacer el relevo en el momento que deseen.

• El ejercicio de Sled Pull se realizará tirando de una cuerda de 15 metros, tirando dentro de los límites marcados (2 m), y el Sled Push en tramos de 10 metros.

• No se contará como finalizada la repetición hasta que la totalidad del trineo haya superado la línea de los 10 metros. Así como, no se podrá iniciar otra repetición de pull hasta que el trineo haya superado la línea de salida.

• El atleta que no esté trabajando deberá mantenerse en pie en todo momento. No se permite tirar del trineo sentado o de rodillas.

• Para comenzar la siguiente repetición, el trineo debe haber superado la línea que delimita los 10 metros. En el Sled Push, el atleta que trabaja no puede pisar ni salirse del límite establecido de 2 metros. Pisar fuera del espacio más de 2 veces conlleva penalización de 3 minutos. Si se infringe la norma una tercera vez, el atleta o equipo quedará descalificado.

6. ROW ERG

Distancia: 800 metros

- Un juez se encargará de reiniciar la máquina. Cada atleta o equipo puede modificar el dumper a la resistencia que prefiera para completar el total de metros.

- Los pies del atleta deben posicionarse encima de la plataforma en todo momento durante el workout.

- El atleta o equipo debe avisar al juez cuando esté cerca de completar los 800 m para verificar la distancia y proceder a realizar la siguiente carrera.

- En el caso de Teams, uno de los componentes debe esperar detrás del atleta que está trabajando, dar el relevo para que el otro comience a trabajar.

- NO está permitido tocar el display por los atletas pudiendo alterar la prueba. En caso de que un row erg fallara, se avisará a un juez para designar otro y comenzar a trabajar a partir de los metros realizados hasta completar el total restante.

7. BURPEE BROAD JUMPS

Distancia: 80 metros (Carril de ida y vuelta con 20 metros de distancia. Hay que completar 2 vueltas)

- El participante comienza con ambos pies detrás de la línea de salida.
- La posición de inicial es en posición vertical, con las manos colocadas cerca de los pies, como máximo a un brazo de distancia del cuerpo.
- En la posición inferior, el pecho y muslos deben entrar en contacto con el suelo. Cuando se incorpore, el atleta debe saltar hacia delante con ambos pies simultáneamente.
- Para iniciar otra repetición, los pies nunca podrán sobrepasar el punto en el que estaban colocadas sus manos, y las manos deben colocarse siempre lo más cerca de los pies posible, teniendo como margen límite la línea siguiente de metro que se encuentre dentro del recuadro donde caigan los pies. Si en el salto, alguna parte del pie, cae sobre una línea, se contará como dentro del recuadro siguiente. Pudiendo colocar las manos justo antes de la siguiente línea.
- La distancia de cada salto depende de la capacidad de cada atleta.
- Está prohibido dar cualquier paso entre repeticiones.
- El track se completa una vez que el participante salta la línea de meta.
- Si algún atleta infringe alguno de los puntos mencionados, la repetición queda invalidada, debiendo volver a repetir la repetición de nuevo. Si se infringe esta norma 2 veces, el atleta o equipo vuelven a empezar desde el último tramo de 8 metros. Si ocurre 3 veces, el atleta o equipo quedan descalificados.
- En categorías DUAL, el atleta que descansa puede acompañar detrás del que trabaja o esperar en la zona inicial de su carril para hacer el relevo. Si el miembro que descansa obstruye invadiendo otro carril y perjudicando a otros participantes, la pareja recibirá una penalización de 3 minutos.

8. FARMERS CARRY

Distancia: 80 metros

- Este track comienza cogiendo dos mancuernas de la zona designada junto a la línea de salida.
- El atleta debe llevar en posición de Farmer carry (brazos extendidos) mientras su compañero le sigue detrás para realizar el relevo sin obstruir el paso a los otros equipos.
- Está permitido que un componente realice la totalidad de distancia mientras su compañero espera en la posición de salida/final.
- Está permitido dejar las mancuernas en el suelo para descansar y continuar desde ese punto.
- Está **PROHIBIDO** tirar o soltar las mancuernas desde la altura de las rodillas o superior. Esta sanción conlleva penalización de 5 minutos.
- El track finaliza cuando se han completado los 80 metros de Farmer carry y se dejan las mancuernas colocadas en su sitio inicial.

- Si el atleta o equipo realiza un número de reps o el track completo con un peso que no corresponde, será invalidada la prueba, debiendo comenzar de nuevo con el peso correcto.

9. ROGUE ECHO BIKE

Distancia: 1600 metros

- Un juez se encargará de reiniciar la máquina.

- El atleta o equipo debe avisar al juez cuando esté cerca de completar los 800 m para verificar la distancia y proceder a realizar la siguiente carrera.

- En el caso de DUAL, uno de los componentes debe esperar detrás del atleta que está trabajando, dar el relevo para que el otro comience a trabajar.

- NO está permitido tocar el display por los atletas pudiendo alterar la prueba. En caso de que un ski erg fallara, se avisará a un juez para designar otro y comenzar a trabajar a partir de los metros realizados hasta completar el total restante.

5. PREMIOS

Categoría PRO MA/FE
(TOTAL: 850,00 x 2 = 1.700,00 €)
1º - 500,00 €
2º - 250,00 €
3º - 100,00 €

Categoría TEAMS PRO MA/FE/MIX
(TOTAL: 600,00 x 3 = 1.800,00 €)
1º - 400,00 €
2º - 200,00 €
3º - Winner pack

**Todos los premios están sujetos a retención fiscal del 19%.*

Los premios se ingresarán entre los 30 y 60 días de la finalización del evento, por si pudiera avanzar alguna posible reclamación. Será obligatorio, finalizar la prueba o mostrarse competitivo para tener derecho al cobro de los premios en metálico.

En caso de que el atleta aproveche el pódium para cualquier reivindicación no pactada con la organización *(Ej: Colocar banderas ajenas),* tapar publicidad, sponsor de la organización o parte del pódium, será motivo de pérdida del derecho a la entrega de premios en metálico así como el pack de marcas establecidas. Pudiendo ser sancionado con la no participación de futuras ediciones.

6. INSCRIPCIONES

La participación a la **TRAVIESO ECHO HY-RACE 2026 – TENERIFE** será a través de **GESPORT CANARIAS** directa a la fase presencial hasta completar plazas. **ECHO HY-RACE** anunciará el 9 de Mayo la competición, abriendo la inscripción el **1 de Septiembre**.

Para poder participar es necesario cumplir estos requisitos:

- Ser mayor de edad en la fecha de la fase presencial. En caso de ser menor, es necesaria la autorización de un adulto responsable. La edad mínima para participar son 14 años.
- Inscribirse a través de la plataforma **GESPORT CANARIAS.** https://inscripciones.chronotrackcanarias.com/inscripcion/echo-hy-race-santa-cruz-2026/inscripcion_descuento/
- Cumplir con todas las formalidades requeridas.
- Cada atleta deberá aceptar todas las reglas y normativas, incluyendo, sin limitación, la aceptación del riesgo y reglamento de las pruebas.
- Las reglas se establecen como referencia y para su aplicación durante la competición.
- La fecha límite para inscribirse en cada evento es de 7 días hábiles previos a la celebración (en concreto, hasta las 23:59h *(Hora Canaria)* del día 05/12/26).

Una vez pagada la cuota de inscripción, no será posible recibir un reembolso pasado los 15 días desde que se efectuó la compra. Si está permitida la permuta de plaza, tanto en individual como en equipos/componentes, teniendo un coste de 5,00€ e por persona y cambio. También está permitido el cambio de categoría, siempre y cuando sean de la misma naturaleza, es decir, individual – individual o Dual - Dual, teniendo un coste de 5,00€ por persona. No está permitido el cambio entre categorías DUAL e individuales.

- **Complemento Echo Flex:** Es un añadido que se puede comprar al registrarse en una carrera ECHO y que permite solicitar un reembolso del 50% del dinero de la inscripción o cualquier cambio. Este complemento conlleva un coste de 10,00€ / pp e incluye lo siguiente:

- **Reembolso del 50%:** Posible hasta 7 días antes de la carrera (en concreto, hasta las 23:59h *(Hora Canaria)* del día 05/12/26)

- **Cambio de fecha:** Está permitido cambiar la inscripción para otra edición (máximo 1 cambio) sin coste hasta 7 días antes de la carrera (en concreto, hasta las 23:59h *(Hora Canaria)* del día 05/12/26)

- **Cambio en inscripción:** Está permitido cualquier cambio de nombre, correo y categoría sin coste hasta 7 días antes de la carrera (en concreto, hasta las 23:59h *(Hora Canaria)* del día 05/12/26)

- **Importante:** Los cambios deben solicitarse a través del correo en la plataforma de inscripción **GESPORT CANARIAS.**

Al estar clasificado/a y no acudir a la fase presencial, se renuncia a la bolsa de atleta y otras especies, otorgándosela a su sustituto/a.

Se ofertarán las plazas que hayan quedado libres, a última hora, una vez hecho el check-in y confirmada la ausencia de algún equipo o pareja.

7. CHECK IN

En el check-in, el participante deberá presentar un documento oficial de identidad (DNI o pasaporte) y su confirmación de inscripción. Teniendo como límite 30 minutos antes de comenzar su tanda. Transcurrido ese tiempo, se entiende que renuncia a su plaza y participación.

El check-in se realizará con un día de antelación, donde el/la atleta o equipo recogerá su pack de atleta, la pulsera de atleta y su número de salida. En caso de no poder ir, tendrá que registrarse en el recinto el mismo día para recibir, 30 minutos antes de su tanda, el chip de cronometraje. Es responsabilidad del atleta o equipo ponérselo correctamente. Al cruzar la línea de meta, el participante deberá entregar el chip de cronometraje al staff de la competición.

IMPORTANTE: El chip se entregará al acudir a la zona de calentamiento entre 1 hora y 30 minutos antes de comenzar su tanda. No se puede sacar el chip fuera de la zona de competición bajo ningún concepto.

En el caso de los equipos, el chip lo llevará un componente del equipo en el pie, debiendo entrar en meta juntos.

Está permitido que un componente del equipo realice el Check-in de su equipo o compañero, siempre y cuando tenga el DNI o fotocopia con autorización firmada.

No está permitido hacer el Check-in de otra persona que no tenga DNI y autorización.

8. SISTEMA DE CLASIFICACIÓN

Se establecerá un ranking general de cada categoría que registrará el orden de los atletas en función del tiempo que tarden en completar la prueba, del más rápido al más lento, siendo el/la ganador/a quien acabe con el menor tiempo.

Se hará una clasificación general de cada categoría y una clasificación para cada grupo de edad, en tramos de 10 años, habiendo múltiples pódiums por categoría.

9. JUDGES

En cada Track, habrá un grupo de jueces que serán responsables de asegurar que todos los participantes lo completen de manera correcta y segura, cumpliendo con todos los estándares de movimiento. Estos estarán controlados por un “Head Judge”

La figura del “Head Judge” de cada estación es supervisada por el director de la carrera, que supervisa todos los aspectos deportivos de la competición y tiene la última palabra en todas las cuestiones de evaluación.

10. ROPA Y ACCESORIOS

10.1. ACCESORIOS PERMITIDOS

- Ropa y calzaco cómodo
- Rodilleras
- Guantes

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

10.2. ACCESORIOS NO PERMITIDOS

- Auriculares
- Correas de levantamiento de peso
- Móviles

10.3. AVITUALLAMIENTO

Durante la carrera, habrá varios puntos de avituallamiento con agua disponible 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 en todo momento, estando prohibido que reciban productos de personas ajenas a la competición.

11. ZONAS DEL EVENTO

El día del evento los participantes se encontrarán con las siguientes áreas:

10.1. VESTUARIOS / BAG DROP

Los participantes dispondrán de vestuarios y un servicio de guardarropa en el que podrán dejar un único bulto por persona.

10.2. WARM UP / CALENTAMIENTO

Zona destinada al calentamiento / warm up. A estas zonas solo podrán acceder atletas, jueces, voluntarios y miembros de la organización. Los atletas deben acceder y presentarse como máximo 10 minutos previos a la hora de salida de tu tanda.

10.3. ZONA DE OCIO (VENDORS / FOOD & DRINKS)

Contaremos con un espacio donde todos podremos disfrutar de los productos y servicios ofrecidos por nuestros patrocinadores y colaboradores, así como de food trucks que surtirá de bebida y comida durante el evento.

10.4 ENERGY ZONE

Será una zona anexa a la meta donde los atletas podrán descansar después del evento donde contaremos con varios fisioterapeutas y otros sistemas de recuperación.

11. PENALIZACIONES

PENALIZACIÓN DE TIEMPO

1. VUELTAS INCOMPLETAS

Si una pareja no corre el número correcto de vueltas, se aplicará una penalización de 5 minutos por vuelta que se añadirá a su tiempo final al terminar toda la carrera.

2. NO COMPLETAR LOS KILÓMETROS DE CARRERA JUNTOS

Los miembros de la pareja deben correr juntos durante la carrera. Si uno de los miembros lleva un ritmo mayor y llega primero al track, debe esperar al otro componente para comenzar a realizar los ejercicios, no pudiendo separarse más de **2 metros** entre ellos. Tampoco está permitido iniciar la carrera sin haber completado el workout de cada track. Esto conllevará una penalización de 3 minutos.

3. DISTANCIA O TRACK NO REALIZADO

No realizar la distancia establecida en la carrera, conllevará una penalización de 5 minutos. En caso de no completar un track entero, el atleta o equipo no podrá salir a realizar la siguiente carrera, quedando descalificado en caso de que esto se incumpliera.

El número de vueltas para completar los 1600 metros de carrera varía según la sede de cada evento.

4. ORDEN INCORRECTO DE LOS TRACKS

El atleta o equipo debe completar todos los tracks en el orden establecido. Si se completa un track en un orden incorrecto, el atleta o equipo debe volver al track correspondiente, quedando inválido el que realizó erróneamente.

Si esto ocurriera en más de una ocasión, el atleta o equipo quedará descalificado.

INCUMPLIMIENTO DE LOS ESTÁNDARES DE MOVIMIENTO

Cualquier ejecución que se desvíe de estos estándares, y/o sea inusual o poco común y/o resulte en una ventaja de tiempo no será aceptada y resultará en una repetición no válida ***(NO REP)***

DESCALIFICACIÓN

Cualquier atleta o equipo que haya sido descalificado no recibirá ningún dato de resultados y será excluido de todas las clasificaciones y premios.

12. RESTRICCIONES Y 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.

13. ACEPTACIÓN

Al registrarse, los participantes dan su consentimiento a **ECHO HY-RACE** y **TRAVIESO** , así como a los principales patrocinadores del evento para, mediante por sí o por medio de terceros, traten sus datos personales de forma automática y exclusivamente con fines deportivos, promocionales o propósitos comerciales. De acuerdo con las disposiciones de Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos Personales, el participante tiene derecho a acceder a esta información con el fin de rectificar o cancelar total o parcialmente su contenido. Además, y de acuerdo con los deportes, la promoción, intereses de distribución y explotación de **ECHO HY-RACE y TRAVIESO.**

Los participantes del **ECHO HY-RACE** autorizan expresamente y sin carácter temporal limite a **ECHO HY-RACE y TRAVIESO** el uso de fotografías, vídeos y cualquier otro tipo de material audiovisual en el que se aparezcan, aceptando la publicación de sus nombres a través de todos los canales incluyendo medios, cine y/o Internet, sin esperar compensación alguna por este concepto.

14. CANCELACIÓN O APLAZAMIENTO

La organización se reserva el derecho de cambiar la ubicación o el track de la cualquier fase presencial en función de las necesidades (P.ej: Mal tiempo).

Se prevén 2 posibles niveles que diferenciaremos entre:

- **Nivel 1** – La situación en la que obligarán a posponer el evento, en cualquier caso, antes de acabar el año 2026.
- **Nivel 2** – La situación en la que no será posible realizar el evento de forma presencial, antes de acabar el año 2026.

Dependiendo del nivel que se produzca, se llevarán a cabo las siguientes acciones:

NIVEL 1

En el caso de que la organización no tenga la posibilidad de realizar una fase presencial en las fechas previstas por razones de fuerza mayor como “Mal tiempo”, la organización se reservará el derecho de modificar y posponer el evento a los meses inmediatamente siguientes.

No se realizará reembolso, permitiendo a los atletas realizar una permuta con otro interesado en sustituir al actual.

NIVEL 2

En caso de que no sea posible llevar a cabo el evento de forma presencial en una fecha posterior, la organización se reserva el derecho de cancelar la fase final presencial garantizando el reembolso de la fase presencial.

15. CONTACTO

Encontrarán más información en www.echohyrace.com o, si lo desea, puede ponerse en contacto a través del email echohyrace@gmail.com o nuestras cuentas de instragram **@echohyrace**

Travieso

C/ San Martín, 26
38001 Santa Cruz de Tenerife
Islas Canarias - España

(+34) 603 612 298


RUN - PUSH - ELEVATE