

## REGULAMENTO BLACK TRUNK GAMES

### DA COMPETIÇÃO E CATEGORIAS

1. A competição será disputada no Ginásio Saul Oliveira – Florianópolis /SC, nos dias 23 e 24 de março de 2019.

1.1. A competição será composta por 4 Workout, sendo os 2 primeiros no primeiro dia e os 2 últimos no segundo dia. O último workout será surpresa e somente os 10 trios finalistas participarão dessa prova.

2. Serão disputadas 4 categorias:

Trio misto Scale - (pelo menos um atleta do sexo oposto aos demais)

Trio misto Amador (pelo menos um atleta do sexo oposto aos demais)

Trio misto Senior (o somatório da idade dos integrantes do trio deve ser igual ou superior a 105 anos)

Trio misto RX - (pelo menos um atleta do sexo oposto aos demais).

Pré - requisitos por categoria:

As categorias possuem standards (pré-requisitos), que são apenas recomendações de cargas e habilidades para o atleta integrar-se nas categorias do evento. A organização reserva-se no direito de mudar o programa, incluir movimentos pouco usuais ou mudar as cargas ou movimentos de qualquer categoria a qualquer momento.

A escolha da categoria é de responsabilidade exclusiva dos atletas.

Todos os pesos indicados devem ser considerados para a execução dos treinos e não para 1-RM (Repetição Máxima).

### SCALED

A Categoria Scaled é para os atletas que estão iniciando no esporte, ou participando da sua primeira competição.

– Snatch: 40/25kg

– Clean & Jerk: 40/25kg

Habilidades: exercícios com dumbbells, peso corporal e de sobrecarga de baixa complexidade podem ser exigidos.

## AMADOR / SENIOR

As Categorias Amador e Senior são para os atletas que estão trabalhando para dominar as suas habilidades, para subir as suas cargas e também estão ansiosos para se desafiarem.

– Snatch: 60/35kg

– Clean & Jerk: 60/40kg

Habilidades: cada time deverá ter pelo menos dois atletas que executem Double Unders.

Chest to bar pull-ups serão necessários em pelo menos 1 atleta masculino e 1 atleta feminina, assim como os exercícios com o peso do corpo e de sobrecarga de média complexidade.

## RX

As Categorias Rx são para os atletas que fazem tranquilamente os benchmarks com o peso recomendado, os atletas devem estar preparados para todos os desafios.

– Snatch: 70/45kg

– Clean & Jerk: 80/55kg

MOVIMENTOS	RX	AMADOR	SCALE	SENIOR
Ring MU	SIM	NÃO	NÃO	NÃO
Bar MU	SIM	NÃO	NÃO	NÃO
Ring Dip	SIM	SIM	NÃO	SIM
Sit Up	SIM	SIM	SIM	SIM
HSW	SIM	Adapt	Adapt	Adapt
HSPU	Déficit	SIM	Abmat	SIM
T2B	SIM	SIM	NÃO	SIM
C2B	SIM	SIM	Pull Up	Pull Up
Pistol	SIM	SIM	Air Squat	Global Squat
DU	SIM	SIM	SU	SIM

<b>BoxJump</b>	80/60	60/50	60/50	60/50
<b>RopeClimb</b>	Legless	SIM	NÃO	SIM
<b>Wall Ball</b>	13/9	9/6	6/3	9/6
<b>Deadlift</b>	120/80	80/50	60/40	80/50
<b>C.andJerk</b>	80/55	60/40	40/25	60/40
<b>Snatch</b>	70/45	60/35	40/25	60/35
<b>DBSnatch</b>	22,5/15	20/15	15/10	20/15
<b>Thruster</b>	70/40	60/35	40/25	60/35
<b>KB Swing</b>	32/24	32/24	16/12	32/24
<b>OHS</b>	70/50	60/40	40/25	60/40
<b>Worm</b>	100	100	100	100
<b>FarmesW</b>	64/48	64/40	40/24	64/40

3. Cada atleta pode ou não representar o nome de um ginásio oficial de CrossFit (“box”), que deve ser informado no momento da inscrição do atleta. Em caso de não fazer parte de nenhum local/time específico, o atleta deve indicar isso no momento da inscrição para não haver nenhuma confusão no momento de cada uma de suas apresentações durante o evento.

4. Não é permitida a troca de vagas de atletas a partir do início da competição, mesmo que ocorra a incapacitação de um atleta, ou seja, não existe um reserva para nenhum atleta, nem mesmo por ser de um mesmo box.

5. O prazo para alteração de algum dado da inscrição de cada atleta é 18/03/ 2017, feito através do e-mail contato@blacktrunkgames.com.br.

6. A idade mínima para atleta participar dessas competições é de 18 anos, com exceção de alguns casos especiais com a devida autorização e acompanhamento de um maior responsável legal, e liberados pela organização do evento.

7. A circulação pela área denominada como "área de competição" (área de competição em si e área de aquecimento) será permitida apenas para atletas, membros da organização, mídia autorizada e convidados devidamente identificados.

## INSCRIÇÃO

8.A. No ato da inscrição, o competidor terá ciência do regulamento e o participante estará aceitando todos os termos do mesmo e assumindo total responsabilidade por sua participação no Black Trunk Games de acordo com o “Termo de Responsabilidade”, que é parte integrante da inscrição.

9.As inscrições para a competição são limitadas:

**30 Trios misto Scale - (pelo menos um atleta do sexo oposto aos demais).**

**30 Trios misto Amador - (pelo menos um atleta do sexo oposto aos demais).**

**30 Trios misto Senior - (pelo menos um atleta do sexo oposto aos demais).**

**30 Trios misto RX - (pelo menos um atleta do sexo oposto aos demais).**

Inscrições podem ser feitas até o dia 19 de março de 2019 e também poderá, a qualquer momento e sem aviso prévio, suspender ou prorrogar prazos, assim como aumentar ou diminuir o limite de inscrições, em função de necessidades diversas, disponibilidade técnica e/ou questões estruturais.

10. As inscrições somente serão realizadas pelo site oficial do evento: [www.blacktrunkgames.com.br](http://www.blacktrunkgames.com.br)

### **Valor da inscrição categoria trio Scale / Amador / Senior / RX**

1º lote: R\$ 300,00 + taxa de serviço até 15/01/2019

2º lote: R\$ 360,00 + taxa de serviço até 10/02/2017

3º lote: R\$ 450,00 + taxa de serviço até 19/03/2017

## ENTREGA DE KITS

5. A entrega dos kits será realizada no dia anterior ao evento, no horário a ser definido pela organização e divulgado no site do evento. O atleta deverá apresentar identidade, comprovante de pagamento e termo de responsabilidade assinado para a retirada do mesmo.

6. Atletas de outras cidades poderão retirar seu kit no dia do evento, das 7 às 8hs mediante ao pedido de reserva realizado por e-mail para: [contato@blacktrunkgames.com.br](mailto:contato@blacktrunkgames.com.br)

7. O kit de competição será composto por camiseta oficial e materiais dos patrocinadores se por ventura existirem. **Não haverá reserva do tamanho das camisetas, a escolha está sujeita a ordem de chegada, de acordo com disponibilidade.**

8. O kit poderá ser retirado por terceiros, desde que portando cópia do documento de identidade do participante, juntamente com o comprovante de pagamento e termo de responsabilidade assinado pelo atleta.

## DA PARTICIPAÇÃO

9.A. Os atletas deverão estar no local de competição às 8h (sábado) e 8h30 (domingo), quando serão dadas as instruções finais das provas (briefing).

10. É obrigação de cada atleta ter o conhecimento de cada prova e cumprir com cada regra e sequência de movimentos em sua totalidade.

11. A participação do atleta na prova é estritamente individual, sendo proibido o auxílio de terceiros. O acompanhamento de atletas por treinadores, assessorias, amigos, familiares, etc., resultarão na desclassificação do participante.

12. Em cada competidor será escrito um número em diferentes partes do corpo (braços e pernas) que deve estar visível, sem rasura ou alterações, durante toda a realização do evento, sendo passíveis de desclassificação os participantes que não cumprirem este artigo.

#### DA PREMIAÇÃO

13. Todos os três primeiros colocados nas diferentes categorias receberão troféus.

14.1. Premiação da categoria trio misto RX

**1º lugar: R\$ 1.500,00 em dinheiro / R\$ 500,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**2º lugar: R\$ 900,00 em dinheiro / R\$ 300,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**3º lugar: R\$ 600,00 em dinheiro / R\$ 200,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

14.3. Premiação da categoria trio misto Senior

**1º lugar: R\$ 1.200,00 em dinheiro / R\$500,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**2º lugar: R\$ 900,00 em dinheiro / R\$ 300,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**3º lugar: R\$ 600,00 em dinheiro / R\$ 200,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

14.4. Premiação da categoria trio misto amador

**1º lugar: R\$ 600,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**2º lugar: R\$ 400,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**3º lugar: R\$ 200,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

#### 14.5. Premiação da categoria trio misto Scale

**1º lugar: R\$ 500,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**2º lugar: R\$ 300,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**3º lugar: R\$ 200,00 em Suplementação e brindes / R\$ 1.200,00 de bônus no curso de idiomas CCAA Florianópolis.**

**Absoluto : O trio que somar o maior pontuação (independente da categoria) receberá uma premiação extra em equipamentos da Boxpt**

15. Os atletas que fizerem jus à premiação deverão comparecer ao pódio, assim que a cerimônia de premiação for iniciada. O atleta que não comparecer ao pódio, poderá perder o direito aos prêmios.

16. As 3 (três) primeiras colocações de cada modalidade serão definidas pela soma da maior pontuação conseguida em todas as provas do evento.

17. Em caso de empate no placar final APENAS para a classificação dos 3 primeiros colocados, o desempate será decidido em primeira instância pelo “combate direto” entre os atletas, onde aquele que tiver o maior número de vitórias por provas sobre o outro será o vencedor. Em caso de se continuar o empate, em segunda instância o desempate será decidido de acordo com o atleta que tiver vencido a primeira prova em relação ao outro.

18. A organização se reserva ao direito de incluir qualquer outro tipo de premiação, ranking ou participação especial que será divulgada no site do evento.

19. Os resultados oficiais da competição serão informados no site e nas mídias oficiais do evento (Facebook e Instagram), até 48 horas após o término da última prova.

#### REGRAS GERAIS

20. Ao participar do Black Trunk Games, cada atleta assume a responsabilidade pelos dados fornecidos, e aceita integralmente o Regulamento da prova, participando por livre e espontânea vontade, sendo conhecedor do seu estado de saúde e assumindo as despesas de transporte, hospedagem, alimentação e seguros ou quaisquer outras despesas necessárias ou provenientes da sua participação na prova, antes, durante e depois da prova.

21. Todos os atletas participantes deverão estar em dia com rigorosa avaliação médica para realização da prova, pois a Organização não se responsabilizará pela saúde dos mesmos.

22. O competidor é responsável pela decisão de participar da prova, avaliando sua condição física e seu desempenho e julgando por si só se deve ou não continuar ao longo da

competição. Pode o diretor de prova, segundo recomendação do médico responsável pelo evento, excluir o participante a qualquer momento.

23. Haverá, para qualquer tipo de emergência, serviço de atendimento médico e segurança dentro da área de competição. Para atendimento emergencial aos atletas, será disponibilizado um serviço de UTI móvel para remoção. O atendimento médico propriamente dito, tanto de emergência como de continuidade, será efetuado na rede pública sob a responsabilidade deste. O atleta ou seu (sua) acompanhante responsável poderá se decidir por outro sistema de atendimento, eximindo a Organização de qualquer responsabilidade, desde a remoção, transferência até seu atendimento médico.

23. A Organização não se responsabilizará por qualquer objeto deixado no local do evento e por qualquer extravio de materiais ou prejuízo que porventura os atletas venham a sofrer durante a participação na competição.

24. Não haverá reembolso, por parte da Organização, patrocinadores ou apoiadores, de nenhum valor correspondente a equipamentos e/ou acessórios utilizados pelos participantes no evento, independentemente de motivo, nem por qualquer extravio de materiais ou prejuízo que por ventura os atletas participantes venham a sofrer durante a participação neste evento.

25. A segurança da competição receberá apoio dos organizadores e haverá sinalização para orientação dos participantes.

26. A Organização do evento poderá suspender a competição por qualquer motivo que ponha o risco a segurança dos participantes, bem como atos públicos, vandalismo e/ou motivos de força maior.

28. A Organização da competição reserva-se ao direito de incluir no evento equipes ou atletas especialmente convidados.

29. Todos os participantes do evento, atletas, staffs, organizadores e público em geral, cedem todos os direitos de utilização de sua imagem para os patrocinadores, apoiadores e organização da prova.

30. Os participantes da competição poderão contar com serviço de hidratação com bombonas de água no decorrer da competição, ficando a cargo de cada atleta providenciar sua garrafa ou copo, não será disponibilizado copos descartáveis.