



## REGULAMENTO

### 1. Sobre o evento

BRAZILIAN SHOWDOWN é um evento internacional de *fitness* com o intuito de potencializar a prática esportiva, e através da competição definir os melhores atletas de cada categoria, buscando o atleta que se destaca com o melhor condicionamento físico geral.

### 2. Participantes

- Praticantes da modalidade *CrossFit/CrossTraining*
- Praticantes de esportes em geral, que cumpram os requisitos da prova e de cada categoria.

### 3. Idade

A idade mínima para o atleta participar na competição é de 16 anos.

O atleta menor de 18 anos deve estar acompanhado de seu representante legal o qual deve assinar o termo de responsabilidade pelo atleta.

### 4. Atestado médico

Todos os atletas serão obrigados a apresentar no *check-in* o seu atestado médico válido, que lhe garanta estar apto para a realização dos exercícios, sem nenhuma restrição.

### 5. Termo de responsabilidade

Todos os atletas devem imprimir no site [www.brazilianshowdown.com](http://www.brazilianshowdown.com), o Termo de responsabilidade e trazer devidamente preenchido e assinado, entregando-o no *check-in* do evento. No caso de o atleta ser menores de 18 anos, o Termo de responsabilidade deve ser preenchido pelo responsável legal.

### 6. Etapas/Local

**Evento dividido em 2 etapas.**

#### 6.1 ETAPA 1 – *Qualifier Online*

*Qualifier Online* consiste em 3 provas/*WODs (Workout of the day)* que irão ser divulgadas *online* através do site [www.brazilianshowdown.com](http://www.brazilianshowdown.com). Será divulgada uma prova por semana durante 3 semanas, onde os atletas irão disputar uma vaga na final.

6.1.1 As provas podem ser realizadas após o dia de lançamento do WOD até às 23h59m do dia de término.

6.1.2 As categorias Team Scaled, Scaled Masculino e Scaled Feminino tem vaga direto para a final que serão preenchidas pela ordem de inscrição. Para número de vagas ver item **7.5.2 e 7.2.**

6.1.3 Os atletas serão responsáveis pela realização e envio de um vídeo referente às provas divulgadas. É de responsabilidade do atleta:



A. A submissão do vídeo e SCORE na data referida.

B. Os vídeos das provas serão sujeitas a avaliação por parte dos júris como forma de verificar se todos os pontos de sucesso da prova foram respeitados.

**C. O vídeo submetido estará sujeito a invalidação conforme as seguintes situações:**

I. Violação dos pontos de sucesso do movimento

II. Violação do formato da prova

III. Repetições falhadas

IV. Filmagem deficiente

V. Ausência de TIMER visível na gravação

D. De uma a cinco repetições falhadas a submissão do vídeo será aceite com penalização de uma a cinco repetições respetivamente.

E. Se o atleta falhar mais que cinco repetições propositadamente, o vídeo será considerado inválido.

F. Será divulgado o resultado de cada uma das provas singulares e depois do resultado das 3 provas.

**I. Lançamento dos WODs:**

**Lançamento:** Dia 21/08 – até as 12h

**II. Entrega dos resultados e videos**

**Data de entrega:** 10/09 – até as 23h59s

#### 6.1.4 Resultados/Leaderboard – Qualifier Online

**Resultados Definitivos do leaderboard dia 14/09 estarão disponíveis no site do evento e ou plataforma de controle de leaderboard.**

**6.1.5 Atletas qualificados devem confirmar presença e pagar a nova inscrição entre os dias 15/09 e 20/09 até as 23h59s.**

\*Caso o atleta não confirme a sua presença, será automaticamente desclassificado, sua vaga será preenchida pelo atleta seguinte no quadro de classificação, este atleta seguinte, terá um prazo de 24h para confirmar e assim sucessivamente até preencher a vaga.

**Observação.** Os atletas da categoria Scaled - equipes, individual masculino e individual feminino - **NÃO** fazem o **QUALIFIER**, passando diretamente para a fase final conforme o numero de vagas. Conferir numero de vagas no ítem 7.5.2 e 7.2. Para **TODAS** as **OUTRAS CATEGORIAS** é **OBRIGATÓRIO** seguir o procedimento do **QUALIFIER** online para passarem a final.

## 6.2 ETAPA 2 – FINAL

**Final – Etapa presencial**

**LOCAL/Data**

ARENA JARAGUÁ – Jaraguá do Sul - Santa Catarina – Brasil

21 e 22 de Outubro de 2017



## **7. Categorias e Requisitos**

### **7.1 Individual Masculino e Feminino**

#### **7.1.1 RXELITE**

Classificados para a final:

- 40 Homens e 40 Mulheres

#### **7.1.2 PRO**

Classificados para a final:

- 40 Homens e 40 Mulheres

### **7.2 SCALED**

Classificados **DIRETO** para a final:

- 20 Homens e 20 Mulheres

### **7.3 MASTER (35-39 ANOS)**

Classificados para a final:

- 30 Homens e 20 Mulheres

### **7.4 MASTER 40+**

Classificados para a final:

- 20 Homens e 10 Mulheres

**\*Categorias Master (35-39 ANOS) ou (40+) devem ter a idade completada até 13 de Agosto.**

### **7.5. TEAM (Equipes)**

#### **7.5.1 Team RXElite**

Equipe de 4 elementos, constituída por 2 homens e 2 mulheres, podendo haver 1 reserva homem e 1 reserva mulher. Totalizando 6 atletas.

Classificados para a final:

- 20 Equipes

#### **7.5.2 Team SCALED**

Equipe de 4 elementos, constituída por 2 homens e 2 mulheres, podendo haver 1 reserva homem e 1 reserva mulher. Totalizando 6 atletas.

Classificados **DIRETO** para a final:

- 30 Equipes

## **8. Requisitos**

### **INDIVIDUAL Masculino/Feminino**

#### **RXElite**

Snatch: 70/50kg



Clean and Jerk: 80/55kg  
Dead Lift: 140/100kg  
OHS: 70/50kg  
Double unders  
Box Jump  
Pistol  
HSPU  
Handstand Walking  
Toes to bar  
Pull-up  
C2B  
M.U.

**PRO**

Snatch: 45/30kg  
Clean and Jerk: 60/40kg  
Dead Lift: 100/70kg  
OHS: 45/30kg  
Double unders  
Box Jump  
Pistol  
HSPU  
Toes to bar  
Pull-up  
C2B

**Scaled**

Snatch: 30/20kg  
Clean and Jerk: 40/30kg  
Dead Lift: 70/50kg  
OHS: 30/20kg  
Air Squat  
Box Jump  
Burpee  
Hanging Knee Raise  
Kettlebell Swing 16/12kg  
Push Up  
Single Under  
Sit up  
Wall Ball

**Master (35-39)**

Snatch: 60/40kg  
Clean and Jerk: 70/50kg  
Dead Lift: 120/80kg  
OHS: 60/40kg



Double unders  
Box Jump  
Pistol  
HSPU  
Toes to bar  
Pull-up  
C2B

**Master(40+)**

Snatch: 45/30kg  
Clean and Jerk: 60/40kg  
Dead Lift: 100/70kg  
OHS: 45/30kg  
Double unders  
Box Jump  
Pistol  
HSPU  
Toes to bar  
Pull-up  
C2B

**TEAM Scaled**

Snatch: 30/20kg  
Clean and Jerk: 40/30kg  
Dead Lift: 70/50kg  
OHS: 30/20kg  
Air Squat  
Box Jump  
Burpee  
Hanging Knee Raise  
Kettlebell Swing 16/12kg  
Push Up  
Single Under  
Sit up  
Wall Ball

**TEAM RXelite**

Snatch: 70/50KG  
Clean and Jerk: 80/55kg  
Dead Lift: 140/100kg  
OHS: 70/50kg  
Double unders  
Box Jump  
Pistol



HSPU  
Handstand Walking  
Toes to bar  
Pull-up  
C2B  
M.U.

\*As cargas das categorias são uma média do peso a ser utilizado.

## 9. EQUIPES

### 9.1 Procedimento/Gravação dos WODs - Equipas

9.1.1 Os atletas das equipas podem participar apenas numa equipa inscrita nesta competição e unicamente na categoria de Equipa/Team.

### 9.2 Inscrição das equipas

No preenchimento do cadastro o atleta tem que preencher o campo 'Equipa' e indicar o nome da mesma, a inscrição é feita individualmente. NÃO é necessário inscreverem-se todos ao mesmo tempo. As alterações dos atletas da equipa poderão ser feitas até o dia 12 de agosto.

### 9.3 Constituição das equipas

A equipa terá que ser constituída por no mínimo 4 atletas, 2 atletas masculinos e 2 femininos, podendo ter como opção 2 reservas, sendo 1 masculino e/ou 1 feminino.

**9.4 Qualifier Equipas** - Os atletas vão gravar os WODs do 'Qualifier' individualmente, as equipas que tiverem 4 atletas, o resultado pode ser por ex. a soma das repetições, soma dos tempos, soma dos pesos etc. As equipas que tiverem com os atletas reservas, 1 ou 2, por ex. 5 ou 6 atletas, todos podem participar do 'Qualifier', mas será considerado somente os 4 melhores resultados. **Lembrando** que Team Scaled tem vaga direto para a final conforme citado no ítem **6.1.2**.

**9.5** Na fase **FINAL** os WODs são realizados sempre por 4 atletas, 2 homens e 2 mulheres. Os reservas podem ser utilizados em qualquer WOD, devendo ser definidos sempre antes de entrar na Arena. Entram sempre 4 na arena, fica a escolha do coach e ou dos atletas, definir quem entra em que WOD.

## 10. INDIVIDUAIS

Procedimento de gravações dos individuais está citado no artigo 5.



## **11. PREMIAÇÃO**

**Prize Money: Categorias + Premiação EXTRA**

**+ 50.000 Reais**

### **11.1 Categorias**

#### **11.1.1 RXElite**

##### **MASCULINO**

**1º Lugar – 6000 Reais**

**2º Lugar – 3000 Reais**

**3º Lugar – 1500 Reais**

**4º Lugar – *KIT Sponsors***

**5º Lugar – *KIT Sponsors***

##### **FEMININO**

**1º Lugar – 6000 Reais**

**2º Lugar – 3000 Reais**

**3º Lugar – 1500 Reais**

**4º Lugar – *KIT Sponsors***

**5º Lugar – *KIT Sponsors***

#### **11.1.2 PRO**

##### **MASCULINO**

**1º Lugar – 1500 Reais**

**2º Lugar – 1000 Reais**

**3º Lugar – 500 Reais**

**4º Lugar – *KIT Sponsors***

**5º Lugar – *KIT Sponsors***

##### **FEMININO**

**1º Lugar – 1500 Reais**

**2º Lugar – 1000 Reais**



**3º Lugar – 500 Reais**

**4º Lugar – *KIT Sponsors***

**5º Lugar – *KIT Sponsors***

### **11.1.3 Master (35-39)**

#### **MASCULINO**

**1º Lugar –1000 Reais**

**2º Lugar – 500 reais**

**3º Lugar – 250 reais**

**4º Lugar - Kit Patrocinadores**

**5º Lugar – Kit Patrocinadores**

#### **FEMININO**

**1º Lugar –1000 Reais**

**2º Lugar – 500 reais**

**3º Lugar – 250 reais**

**4º Lugar - Kit Patrocinadores**

**5º Lugar – Kit Patrocinadores**

### **11.1.4 Master (40+)**

#### **MASCULINO**

**1º Lugar –1000 Reais**

**2º Lugar – Kit Patrocinadores**

**3º Lugar – Kit Patrocinadores**

**4º Lugar - Kit Patrocinadores**

**5º Lugar – Kit Patrocinadores**

#### **FEMININO**

**1º Lugar –1000 Reais**

**2º Lugar – Kit Patrocinadores**



**3º Lugar – Kit Patrocinadores**

**4º Lugar - Kit Patrocinadores**

**5º Lugar – Kit Patrocinadores**

#### **11.1.5 SCALED**

**Masculino e Feminino**

**1º Lugar – Kit Patrocinadores**

**2º Lugar – Kit Patrocinadores**

**3º Lugar – Kit Patrocinadores**

**4º Lugar - Kit Patrocinadores**

**5º Lugar - Kit Patrocinadores**

#### **11.1.6 TEAM**

##### **11.1.6.1 Team RXElite**

1º Lugar – 6000 Reais

2º Lugar – 2000 Reais

3º Lugar – 1000 Reais

4º Lugar - KIT Sponsors

5º Lugar - KIT Sponsors

##### **11.1.6.2 Team SCALED**

1º Lugar - *KIT Sponsors*

2º Lugar - *KIT Sponsors*

3º Lugar - *KIT Sponsors*

4º Lugar - *KIT Sponsors*

5º Lugar - *KIT Sponsors*

#### **11.1.7 Premiação EXTRA**

Haverá premiação extra em Prize Money em algumas categorias, será avisado com até 15 dias de antecedência do evento, **o que será disputado e os valores**. Valores a definir pela organização.

11.8 Todos os atletas do 1º ao 5º lugar receberão Troféus e medalhas + *kit sponsors*.



11.8 O *Prize Money* será repassado aos atletas até 15 dias após o término do evento.

## 12. Inscrições

**12.1 Inscrições SCALED – Atletas fazem um pagamento ÚNICO e passam diretos para a FINAL, NÃO realizam o Qualifier.**

- Poderão ser realizadas entre os dias 26 de Junho e 20 de Agosto.

- O valor da inscrição é por atleta.

- As inscrições são divididas em lotes:

**1º Lote** – Entre os dias 26 de Junho e 09 de julho

Valor: 179,00 Reais + Taxas

**2º Lote** – Entre os dias 10 de Julho e 23 de Julho

Valor: 199,00 Reais + Taxas

**3º Lote** – Entre os dias 24 de Julho e 10 de setembro

Valor – 209,00 Reais + Taxas

**12.2 Inscrição das categorias: RXElite, PRO, Master(35-39), (Master 40+), TEAM RXElite**

**Inscrição para o QUALIFIER**

- Poderão ser realizadas entre os dias 26 de Junho e 20 de Agosto.

- O valor da inscrição é por atleta.

- As inscrições são divididas em lotes:

**1º Lote** – Entre os dias 26 de Junho e 09 de julho

Valor - **40,00 Reais + Taxas**

**2º Lote** – Entre os dias 10 de Julho e 23 de Julho

Valor - **55,00 Reais + Taxas**

**3º Lote** – Entre os dias 24 de Julho e 10 de setembro

Valor – **70,00 Reais + Taxas**

**12.3 Inscrição Fase FINAL**

Os atletas das categorias **RXElite, PRO, Master(35-39), (Master 40+), TEAM RXElite**, que se classificarem para a fase final, após saírem os resultados definitivos deverão fazer uma **NOVA inscrição**, no valor de **140,00 Reais + Taxas**, apenas após essa nova inscrição dentro do prazo, será validada sua passagem para a FINAL.



**\*OBS ( 6.1.5 Atletas qualificados devem confirmar presença e pagar a nova inscrição entre os dias 15/09 e 20/09 até as 23h59s.)**

\*Caso o atleta não confirme a sua presença, será automaticamente desclassificado, sua vaga será preenchida pelo atleta seguinte no quadro de classificação, este atleta seguinte, terá um prazo de 24h para confirmar e assim sucessivamente até preencher a vaga.

### **13. Regras Gerais**

**A.** No ato da inscrição, ao concordar com o regulamento assinalando a opção apresentada no sistema *online* ao fazer a inscrição, o participante está aceitando todos os termos do mesmo e assumindo total responsabilidade por sua participação na competição de acordo com o “Termo de Responsabilidade”, parte integrante da inscrição. É de responsabilidade do atleta ter seguro desportivo válido para a prova.

**B.** Para participar em qualquer fase do Brazilian Showdown, todos os atletas (quer competindo individual ou em equipes) devem concordar com todas as regras do regulamento interno, incluindo, sem limitação, a premissa da assunção de riscos, e utilização das imagens para publicidade, tanto na qualifier, quanto na fase FINAL.

**C.** Categorias: Para a categoria se formar e os atletas irem a fase final, terá que ter o numero mínimo.

**D.** Todos os atletas concordam em competir sob uma boa conduta desportiva

- Qualquer violação da conduta desportiva que pressuponha desrespeito para com algum membro da organização, juiz, atleta, espectador e patrocinador, será o atleta desqualificado e/ou expulso do evento.

- Qualquer ação que previne outro atleta de ter uma oportunidade justa de competição (ex: alteração do equipamento, rejeição do seguimento das instruções) ou que interfira com a comunicação entre o juiz e o atleta (ex: aparelhos sonoros externos, buzinas, etc.), ou que de forma geral seja prejudicial ao evento, não é permitido.

- Os atletas irão ser responsabilizados pelo comportamento dos seus treinadores, patrocinadores e/ou convidados. Se o comportamento de qualquer um dos membros supra citados for considerada uma violação da boa conduta desportiva, então, o treinador, patrocinador, convidado, e/ou o atleta estarão sujeitos às mesmas ações disciplinares.

- Os atletas devem se apresentar de acordo com os requerimentos de uniforme que os “Brazilian Showdown” delimitam. Os atletas não devem vestir, usar ou carregar consigo qualquer aparelho, equipamento, acessório, símbolo, arte, etc. que não tenha sido anteriormente aprovado pela organização dos “BRAZILIAN SHOWDOWN”, incluindo, sem limitação, chapéus, fitas desportivas, tape, óculos de sol, garrafas de água, logos, ou autocolantes.

- É da responsabilidade dos vencedores e/ou atletas apresentarem identificação válida assim que for pedida.

- Toda a informação fornecida, quer na inscrição quer nas submissões dos vídeos, scores, tempos, repetições ou rondas completas, terá que ser completamente verdadeira. Qualquer falta de integridade, ou qualquer ação que evidencie uma intenção de dar a volta às regras, incluindo mentir (por exemplo) resultará em desqualificação.



- Fotografias e documentação do evento: Será formado um grupo de MEDIA. As inscrições vão ser entre os dias 01 a 15/08. *E-mail* de contato será anunciado nas redes sociais.
- A cobertura dos 'Media' apenas é permitida após ter sido aprovada pela organização dos "BRAZILIAN SHOWDOWN".
- A organização reserva-se no direito de modificar horários com aviso prévio de 15 dias.

#### **14. Requisitos gerais**

- A. Todos os atletas devem competir no "QUALIFIER" e, se apurados, passam para a fase "FINAL" dos "BRAZILIAN SHOWDOWN". Menos a categoria SCALED.
- B. Todos os atletas devem registrar-se através do website [www.brazilianshowdown.com](http://www.brazilianshowdown.com).
- C. Os atletas são responsáveis por submeter informação verdadeira, para que recebam a informação referente à competição.
- D. Existem 12 categorias de competição distintas:

##### VER CATEGORIAS

- I. RXElite Individual Masculino
- II. RXElite Individual Feminino
- III. PRO Individual Masculino
- IV. PRO Individual Feminino
- V. SCALED Individual Masculino
- VI. SCALED Individual Feminino
- VII. Master I (35-39) Masculino
- VIII. Master I (35-39) Feminino
- IX. Master II (40+) Masculino
- X. Master II (40+) Feminino
- XI. TEAM RXElite
- XII. TEAM SCALED

#### **15. Sistemas de Pontuação**

##### **A. Sistema de pontuação – Qualifier e Final**

A cada posição praticada, vai ser referida uma pontuação. A soma dessa pontuação será utilizada para anunciar as classificações na competição.

Cada atleta ou equipe ganhará uma pontuação ao final de cada WOD, de acordo com a colocação. O atleta ou equipe que tiver mais pontos será o vencedor.

##### **A1. O Sistema de pontuação do 'Qualifier' será:**

A colocação que o atleta fizer será atribuída a mesma pontuação. Ex. Atleta fez 1<sup>o</sup> lugar = 1 pto, 23<sup>o</sup> lugar = 23 pts



**A2.** O sistema de pontuação da 'FINAL' será:

Colocação	Pontuação	Colocação	Pontuação
1º	100	18º	51
2º	95	19º	49
3º	90	20º	47
4º	85	21º	45
5º	80	22º	43
6º	75	23º	41
7º	73	24º	39
8º	71	25º	37
9º	69	26º	35
10º	67	27º	33
11º	65	28º	31
12º	63	29º	29
13º	61	30º	27
14º	59	31º	25
15º	57	32º	23
16º	55	33º	21
17º	53	34º	19

\*Do 6º lugar na classificação até o fim, será de 2 em 2 pontos.

**A3. Como critério de desempate,** quer no "QUALIFIER" quer na "FASE FINAL", passará a equipe/atleta com o melhor resultado nos desafios. Em caso de empate, o critério desempate é o atleta/equipe que tem a melhor posição. Ex. Atleta A, 3º lugar = 3pts + 9ºlugar = 9pts, **Total = 12 pts.** Atleta B, 2º lugar = 2pts + 10pts = 10pts, **Total = 12 pts.** Passa o Atleta B que fez o 2º lugar. Desempate serve para o 'Qualifier' e 'Final'

#### **16. Procedimentos gerais da competição**

**A.** As provas do 'QUALIFIER' serão comunicadas *online* e as provas do evento 'FINAL' serão comunicadas no *Check-in* do evento.

**B.** A divulgação da prova irá incluir:

I. Movimentos requeridos

II Pontos iniciais e finais dos movimentos

III Técnicas proibidas

IV. Número requerido de repetições

V. Equipamento requerido

VI. Quantidade de peso requerido

VII. A quantidade de peso será divulgada em quilogramas

VII. É da responsabilidade do atleta verificar e/ou colocar a quantidade de peso que foi anteriormente divulgada

IX. Tempo limite, ou número de repetições/rondas



X. Detalhes de como respeitar os pontos de sucesso do movimento.

C. Qualquer movimento que desrespeite os pontos de sucesso do movimento anteriormente referidos será considerado inválido.

D. Não é permitido aos juízes mexerem no equipamento dos atletas durante o WOD, exceto se estiver a prejudicar o performance de outro atleta ou se tiver a por em causa a segurança de algum atleta.

E. Os juízes têm o direito de dizer ao atleta para parar a competição se acharem que o mesmo se está a colocar em risco.

F. A organização reserva-se no direito de alterar o regulamento, sem aviso prévio.

G. Após feita a inscrição não haverá devolução do valor da mesma.

## **17. REGRAS DA FASE FINAL**

### **A. Check in/Credenciamento**

O check-in consiste em:

Chamada dos atletas apurados para a fase final.

**Sexta-feira (20/10)** - 17h às 20h – Credenciamento dos atletas, retirada de kits dos atletas.

**SÁBADO (21/10)** - Abertura dos portões para atletas 7h.

Início das provas - 8h30

Encerramento das provas – 18h

**DOMINGO (22/10)** - Abertura dos portões para atletas 7h

Início das provas - 8h30

Encerramento das provas – 18h

\*Horário do briefing de sábado e domingo a ser definido. Até 15 dias antes do evento.

Divulgação das provas que irão decorrer nesse mesmo dia, incluindo os *standards* dos movimentos.

Boa competição!