

OCR UAR GLADIATOR RACE



**DOSIER DE OBSTÁCULOS**  
**1er COMPROMISO SOLIDARIO**  
**‘UAR – GLADIATOR - RACE’**  
**[Valorem et Actio]**



UAR  
UNIDAD DE ACCION RURAL  
LOGROÑO



## LEYENDA

Este signo significa que solo tienes un intento en el obstáculo.

El intento comienza cuando ambos pies están fuera del suelo.



Esta señal significa que el carril (uno o más) está reservado para el primer intento. No lo encontrarás en Obstáculo colgante. Puede encontrarlo en equilibrio u otros obstáculos de varios carriles



Este es el número del obstáculo



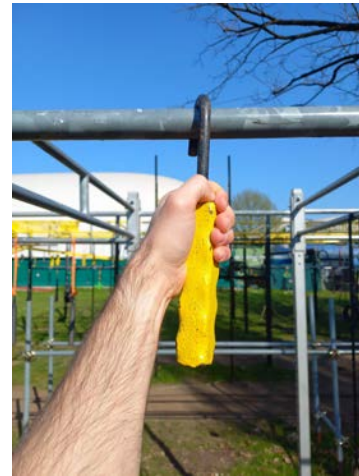
## Descargo de responsabilidad del reglamento

- Es posible que los obstáculos enumerados en este libro de reglas no sean los únicos.
- Puede haber cambios debido al clima, terreno, políticas de seguridad, etc.
- La secuencia de obstáculos que se muestra en este reglamento no es la de la prueba, variando según recorridos.
- Aunque puede haber cambios en los propios obstáculos, las reglas generales que encontrarás en este libro de reglas no cambiarán.
- Si no se especifica más, se aplican las reglas de conducta y competencia de Gladiator Race.

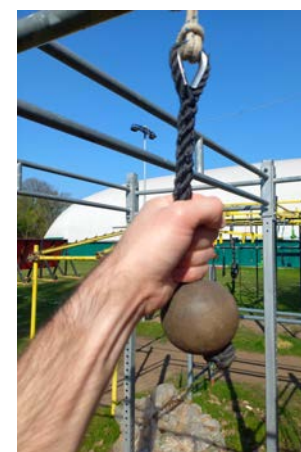
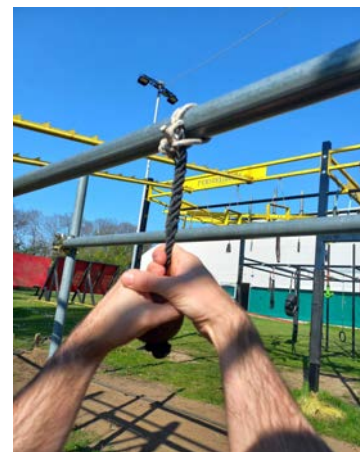
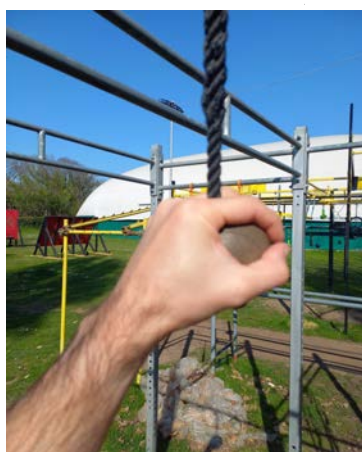
## Reglas de competición

- Cada atleta comenzará la carrera con 1 Chips y muñequera.
- Las bandas deben estar visibles en todo momento y serán revisadas por el personal antes de llegar a la línea de salida.
- Los obstáculos basados en suspensión solo se pueden probar una (1) vez
- Las paredes y los equilibrios se pueden intentar infinitas veces.

## Grab rules - Skitch



## Grab rules - Sphere



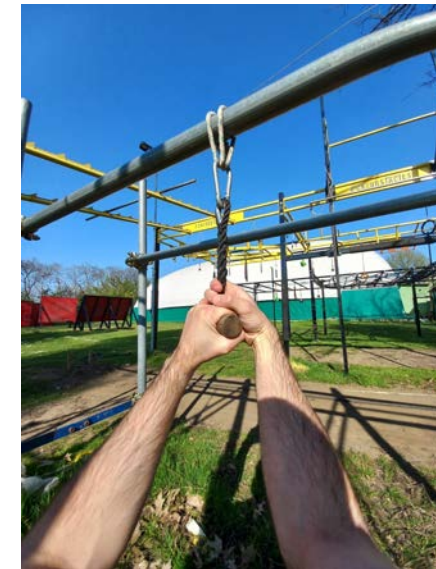
Guardia Civil

## Grab rules - Cone



Guardia Civil

## Grab rules - Handle



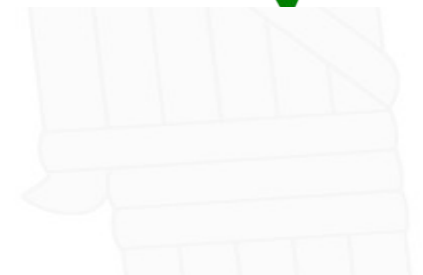


## Grab rules - Ring

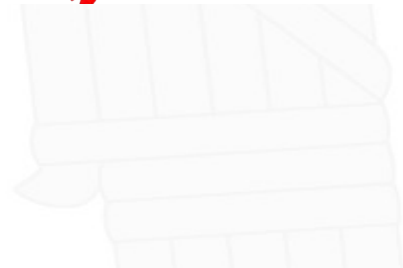


Guardia Civil

## Grab rules - Bottles



## Grab rules - Shanghai



Muro bajo 150

Muro bajo vertical de 150cm de altura.

Intentos: Infinitos. Fallidos cuando: un atleta usa las estructuras laterales para escalar

Se completa cuando: un atleta supera la pared sin la ayuda de las estructuras laterales



## MURO VERTICAL

Pirámide con cuerda

Pirámide con inclinación de más de 3-4 m de altura.

Intentos: Infinitos. Fallidos cuando: un atleta usa las estructuras laterales para escalar.

Se completa cuando: un atleta supera la pared con la única ayuda de las cuerdas ancladas.



## PIRÁMIDE

(CUERDA LARGA Y CUERDAS CORTAS)

## Gladiador

Cada atleta tendrá que superar la zona que será obstaculizada por gladiadores.

Intentos: Infinitos.

Fallidos cuando: un atleta no pasa por el recorrido señalizado.

Se completa cuando: un atleta supera la zona marcada.



## GLADIADOR

# OCR UAR GLADIATOR RACE



Guardia Civil

Rastreo por debajo de la red

Cada atleta entrará debajo de la red y se arrastrará hasta la salida.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: un atleta no se queda debajo de la red de principio a fin.

Completado cuando: un atleta permanece debajo de la red de principio a fin.



Monkey

Paso de escalera ascendente-  
descendente.

Intentos: 1

Fallido cuando: un atleta toca el suelo o  
usa activamente la estructura.

Completado cuando: la campana se toca  
con una mano.



**MONKEY**



Piedras poderosas

Cada atleta caminará desde la primera media esfera hasta la última con cuidado de no pisar la alfombra azul.

Intentos: Infinitos Fallidos cuando: una parte del cuerpo toca la alfombra azul antes de la última media esfera

Completado cuando: el atleta toca la última media esfera y todo el cuerpo pasa más allá de ella. Solo **DESPUÉS** de la última media esfera, un atleta puede tocar la alfombra azul para reanudar la carrera.



## Transporte de cubo

Cada atleta recogerá el cubo y procederá a lo largo del recorrido. El cubo se puede transportar de cualquier forma. El cubo NO se puede arrastrar.

Intentos: infinitos. Fallidos cuando: no se lleva el cubo durante todo el recorrido.

Completado cuando: el cubo se deja caer suavemente al final del recorrido.



## PORTE DE PIEDRA BOLA

Cada atleta recogerá un (1) una bola y procederá a lo largo del recorrido. La Bola se puede llevar de cualquier manera. La Bola NO se puede arrastrar ni rodar por el suelo.

Intentos: infinitos. Fallidos cuando: no se lleva la bola durante todo el recorrido.

Completado cuando: el atlas se deja suavemente al final del recorrido.



## Transporte de cadena

Cada atleta recogerá una (1) cadena (masculina/femenina) y procederá a lo largo del recorrido. La cadena se puede llevar de cualquier forma. La cadena NO se puede arrastrar por el suelo.

Intentos: infinitos. Fallidos cuando: la cadena no se lleva durante todo el recorrido.

Completado cuando: la cadena se deja caer suavemente al final del recorrido.



## Ariete

Los atletas encontrarán un tronco colocado en una plataforma. Deben mover el tronco desde el principio hasta el final de la plataforma usando solo el martillo provisto. Volverán a poner el tronco en el lugar de partida.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: el tronco no llega al final de la plataforma o el atleta mueve el tronco sin usar el martillo

Completado cuando: el tronco cae completamente al suelo cuando se mueve solo con el martillo.



## APERTURAS

Los atletas encontrarán un tronco colocado en una plataforma. Deben mover el tronco desde el principio hasta el final de la plataforma usando solo el martillo provisto. Volverán a poner el tronco en el lugar de partida.

Intentos: infinitos. Fallidos cuando: el tronco no llega al final de la plataforma o el atleta mueve el tronco sin usar el martillo

Completado cuando: el tronco cae completamente al suelo cuando se mueve solo con el martillo



# OCR UAR GLADIATOR RACE



Guardia Civil

Aparejo de velas

Intentos: 1

Suspendido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura

Se completa cuando: se toca la campana con la mano



Plataforma 600

Anillos, asas horizontales, otros. No se permiten piernas.

Intentos: 1

Suspendido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura

Se completa cuando: se toca la campana con la mano





## Transporte de tronco

Cada atleta recogerá un tronco y procederá a lo largo del recorrido. El tronco se puede llevar de cualquier manera. El tronco NO se puede arrastrar.

Intentos: infinitos. Fallido cuando: el tronco no se lleva al final del recorrido.

Completado cuando: el tronco se deja suavemente al final del recorrido.



Tronco a 1.90

Tronco horizontal de 190cm de altura. Las atletas femeninas pueden usar la cuerda si se proporciona.

Intentos: Infinitos Fallidos cuando: un atleta usa las estructuras laterales para escalar.

Completado cuando: un atleta supera el tronco sin la ayuda de las estructuras laterales.



**TRONCO  
A 1,90**

## MIX

Serie de presas para manos y pies.

Los pies se pueden usar en las cuerdas, redes, puntos de apoyo. Las cuerdas que conectan los puntos de apoyo a la estructura se pueden tocar con las manos. Intentos: 1 Fallidos cuando: un atleta toca el suelo o utiliza activamente la estructura. Completado cuando: se toca la campana con una mano



Muro vertical 1.90

Pared vertical 1.90. Las atletas femeninas pueden usar el paso adicional si se proporciona.

Intentos: Infinitos Fallidos cuando: un atleta usa las estructuras laterales para escalar.

Se completa cuando: un atleta supera la pared sin la ayuda de las estructuras laterales.



## MURO VERTICAL

## Transporte de sacos de arena

Cada atleta recogerá el saco de arena y procederá a lo largo del recorrido. El saco de arena se puede llevar de cualquier manera. El saco de arena NO se puede arrastrar. Sacos de diferentes pesajes 1 saco grande de arena para hombres y 1 pequeño para mujeres.

Intentos: infinitos

Fallidos cuando: el saco de arena no se lleva durante todo el recorrido.

Completado cuando: el saco de arena se deja caer suavemente al final del recorrido.



Pared vertical- movimiento horizontal

Cada atleta tendrá que pasar de un lateral a otro de la pared con ayuda las cuerdas ancladas al mismo. Sin apoyo en el suelo.

Intentos: 1

Falló cuando: un atleta toca el suelo.

completado cuando: la campana se toca con una mano o se llega al final de la pared.



## PARED LATERAL

## Paso de trincheras

Un atleta gateará o rodará debajo de los cables de principio a fin.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: un atleta sale por debajo de los cables antes del final del recorrido establecido o camina por encima.

Completado cuando: un atleta completa todo el recorrido debajo de todos los cables



## Mont Blanc

Un atleta superará el obstáculo con carrera y apoyo de agarres de cuerdas que cuelgan. Podrá contar con ayuda del resto de participantes.

Intentos: infinitos.

Fallidos cuando: un atleta no supera el obstáculo.

Completado cuando: un atleta supera el obstáculo por la zona expuesta.



## MONT BLANC



## Arrastre de trineo

Un atleta tirará del trineo usando solo las cuerdas y sin levantarlo del suelo, dará la vuelta a una bandera con el trineo y la empujará hacia el lugar de inicio colocándola de frente a la bandera, lista para que venga el siguiente atleta.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: el trineo no se arrastra durante todo el recorrido o se levanta del suelo

Se completa cuando: se tira del trineo durante todo el recorrido alrededor de la bandera y se vuelve a colocar en la posición exacta en la que se había encontrado.



**ARRASTRE**

## ANILLAS

Paso horizontal con anillas.

Intentos: 1

Suspendido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura.

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.



## ANILLAS

## Paso por red

Cada atleta recogerá el peso y avanzará por el recorrido, pasando por debajo de la red cuesta arriba antes de dejar el peso en el punto de entrega. El peso se puede llevar de todos modos. El peso NO se puede arrastrar.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: el peso no se lleva durante todo el curso

Completado cuando: el peso se deja caer suavemente al final del recorrido



Muro invertido

Muro invertido de diferentes alturas. Las atletas femeninas pueden usar el paso adicional si se proporciona.

Intentos: Infinitos. Fallidos cuando: un atleta usa las estructuras laterales para escalar.

Se completa cuando: un atleta supera la pared sin la ayuda de las estructuras laterales.



## MURO INVERTIDO

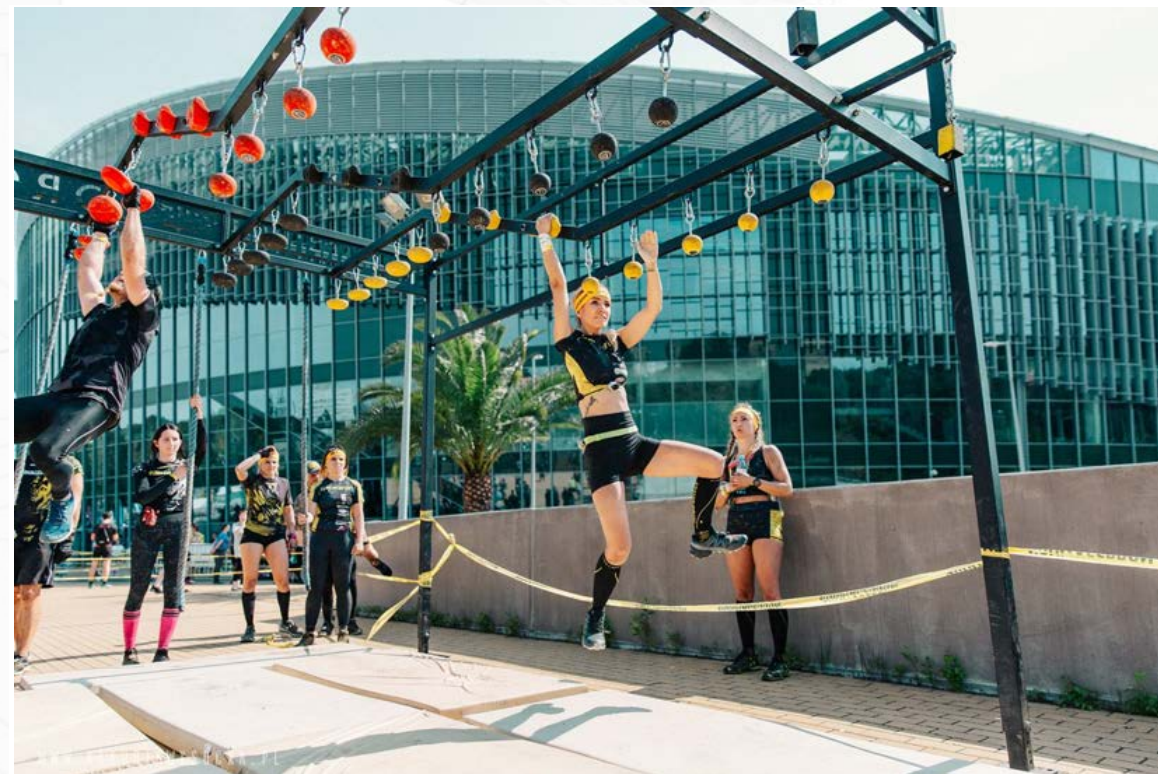
\_\_\_\_\_ PONER NOMBRE SI HAY

El obstáculo comienza con la subida de la cuerda. Luego, los atletas usarán solo sus manos en las presas de colores para avanzar hacia la campana.

Intentos: 1

Suspendido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.



# OCR UAR GLADIATOR RACE



Guardia Civil

## Jumanji

Los atletas usarán el paso para enfrentar el obstáculo y luego usarán sus manos en las presas de colores para avanzar hacia la campana. Las piernas se pueden utilizar en las cuerdas.

Intentos: 1

Suspendido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.



## Barra de Equilibrio

Cada atleta caminará sobre la viga de pie comenzando desde atrás y terminando el final de la viga. No está permitido saltar todo el obstáculo, de suelo a suelo.

Intentos: Infinitos Fallidos cuando: una parte del cuerpo toca el suelo antes del final del recorrido.

Completado cuando: todo el cuerpo pasa más allá del final de la viga.



## EQUILIBRIO

## Plataforma baja

Los atletas pueden usar las manos y los pies mientras se mueven hacia la campana. Ambos pies deben estar levantados antes de la línea de salida. Los atletas no deben caminar hacia el obstáculo.

Intentos: 1

Suspendido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura.

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.





## Cuerda Tirolesa

Los atletas comenzarán con las manos antes de la línea de salida antes de levantar los pies y luego se moverán sobre la cuerda usando las manos y los pies.

Intentos: 1

Falló cuando: un atleta toca el suelo.

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.



## Fosa de Barro

Los atletas tendrán que atravesar la fosa de barro, accediendo por un extremo y saliendo de la misma sin apoyo externo usando las manos y los pies.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: un atleta toca el suelo

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.



## FOSA DE BARRO

Tubos al agua

Los atletas tendrán que atravesar el tubo hasta la zona de caída, balsa o similar.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: un atleta no pasa por los tubos.

Se completa cuando: cuando el atleta supera el obstáculo.



## TUBOS

Pared vertical de ruedas

Los atletas deberán atravesar el obstáculo a través de las ruedas, usando manos y pies.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: un atleta supera el obstáculo sin pasar por las ruedas.

Se completa cuando: se supera la pared a través de las ruedas.



**PARED VERTICAL  
DE RUEDAS**

Red vertical en árboles

Los atletas deberán atravesar el obstáculo superando la red por el punto más alto, usando manos y pies.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: un atleta supera el obstáculo sin pasar por el punto más alto de la red.

Se completa cuando: se supera la red.



## RED VERTICAL EN ÁRBOLES

## The River

Los atletas deberán atravesar el obstáculo reptando por debajo de la estructura.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: un atleta supera el obstáculo sin pasar por debajo del obstáculo.

Se completa cuando: se supera el obstáculo reptando.



## THE RIVER

Escalera de 4 metros

Los atletas deberán atravesar el obstáculo superando la escalera, usando manos y pies.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: un atleta evita el obstáculo.

Se completa cuando: se supera la escalera por el punto más alto.



## ESCALERA 4 METROS

El Balcón

Los atletas deberán atravesar el obstáculo usando manos, utilizando la estructura.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: un atleta evita el obstáculo.

Se completa cuando: se supera el obstáculo y se llega al final del mismo.



## EL BALCÓN



Fuego

Los atletas deberán atravesar el obstáculo de fuego saltando sobre el mismo.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: un atleta evita el obstáculo.

Se completa cuando: se supera el obstáculo sin evitarlo.



**FUEGO**

Big Rope Climb

Cuerda vertical a escalar para llegar a la campana

Intentos: 1

Suspendido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura.

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.



## Inmersión

Los atletas comenzarán con las manos antes de las señales de inicio y levantarán ambos pies antes de continuar.

Los atletas usarán solo sus manos para caminar sobre los fondos.

Intentos: Infinitos Fallidos cuando: un atleta toca el suelo.

Completado cuando: las manos pasan las señales de llegada. Solo entonces, los pies pueden tocar el suelo.



Paso Riojano

Serie de asas verticales (botellas)

Intentos: 1 Fallido cuando: un atleta toca el suelo o utiliza activamente la estructura

Completado cuando: se toca la campana con una mano.



Columpio de Tarzán

Serie de cuerdas verticales

Intentos: 1 Fallido cuando: un atleta toca el suelo o utiliza activamente la estructura

Completado cuando: se toca la campana con una man



Tablero perforado vertical

Los atletas tomarán 2 clavijas y las insertarán en los 2 agujeros rojos en la parte inferior de la tabla antes de levantar ambos pies sobre la tabla. Los atletas subirán a la tabla usando las clavijas hasta que las inserten AMBAS en los 2 agujeros rojos en la parte superior de la tabla. Luego, los atletas descenderán por la tabla usando las clavijas hasta que las vuelvan a insertar en los 2 orificios rojos iniciales ANTES de tocar el suelo nuevamente.

Un atleta NO debe usar las clavijas como escalones para subir. Después del intento, un atleta debe dejar las 2 clavijas donde previamente las había recogido.

Intentos: 1 Fallido cuando: un atleta toca el suelo antes de completar el ascenso y descenso siguiendo estrictamente las reglas anteriores

Completado cuando: un atleta toca el suelo después de completar el ascenso y el descenso siguiendo las reglas anteriores.



## EL gancho

Los atletas recogerán 2 ganchos al comienzo de los obstáculos. Es obligatorio empezar ANTES de la señal azul y luego deslizarse lateralmente utilizando los ganchos. Después del intento, un atleta debe dejar las 2 clavijas donde previamente las había recogido.

Intentos: 1

Falló cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.



## Berserker

Serie de anillos bajos. Los atletas utilizarán las anillas únicamente con las manos y los pies, levantando ambos pies antes de la línea de salida. Los atletas no deben caminar hacia el obstáculo.

Los atletas pueden apoyarse en las bandas rojas con su cuerpo, pero no agarrarlas.

Intentos: 1

Falló cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura

Se completa cuando: se toca la campana con la mano.





# OCR UAR GLADIATOR RACE



Guardia Civil

Tablero perforado -

Los atletas recogerán 2 clavijas al comienzo del obstáculo. Es obligatorio comenzar desde los 2 primeros hoyos, en cualquier lado del tablero. Después del intento, un atleta debe dejar las 2 clavijas donde previamente las había recogido.

Intentos: 1

Falló cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura

Se completa cuando: se toca la campana con la mano



## Lanzamiento de anillo

Los atletas recogerán 2 anillos al comienzo de los obstáculos. Es obligatorio empezar desde los 2 primeros tacos, en cualquier lado del tablero. Después del intento, un atleta debe dejar los 2 anillos donde previamente los había recogido.

Intentos: 1 fallido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura

completado cuando: se coloca un anillo en la última clavija



## Pull Up Wall 250

Muro hueco vertical de 250cm de altura. Las atletas femeninas pueden usar el paso adicional si se proporciona

Intentos: Infinitos Fallidos cuando: un atleta usa las estructuras laterales para escalar

Se completa cuando: un atleta supera la pared sin la ayuda de las estructuras laterales.



Muro vertical invertido

Muro vertical invertido de 300 cm de altura. Las atletas femeninas pueden usar el paso adicional si se proporciona

Intentos: Infinitos Fallidos cuando: un atleta usa las estructuras laterales para escalar

Se completa cuando: un atleta supera la pared sin la ayuda de las estructuras laterales.



# OCR UAR GLADIATOR RACE



Guardia Civil

Volteo de rueda

Los atletas darán la vuelta a un neumático grande 4 veces en total: 2 veces moviéndose hacia adelante + 2 veces en la dirección opuesta para mover el neumático de regreso a su lugar inicial

Intentos: infinitos Fallidos cuando: un atleta completa menos de 4 volteretas

Completado cuando: un atleta completa 4 voltereta

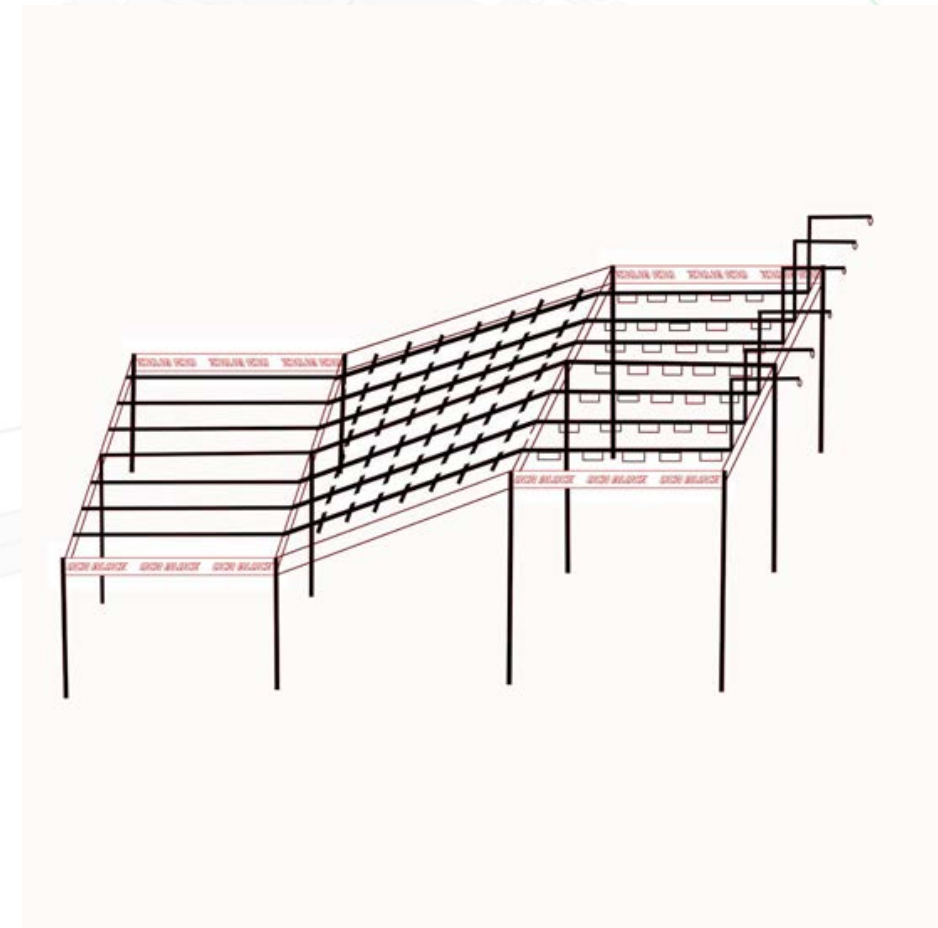


## Equipo bajo a alto - BLOQUE OCR

Los atletas comenzarán a moverse sobre la tubería en la primera sección del obstáculo, levantando ambos pies antes de la línea de salida. Un atleta no debe caminar hacia el obstáculo.

Las patas se pueden usar SOLAMENTE en la tubería y la cuerda. Las patas NO PUEDEN usarse en la escalera.

Las patas NO PUEDEN usarse en las manijas. Intentos: 1 Fallido cuando: un atleta toca el suelo o usa activamente la estructura Completado cuando: la campana se toca con una mano



## Pirámide de Red

Los atletas deberán superar la red, subiendo por un lateral y bajando por el otro.

Intentos: infinitos.

Falló cuando: no es superado pasando por el punto más alto.

Se completa cuando: se toca suelo por el lado opuesto.



## PIRÁMIDE DE RED

Aparejo para moscas –

Serie de anillos y ruedas.

Intentos: 1 Fallido cuando: un atleta toca el suelo o utiliza activamente la estructura.

Completado cuando: se toca la campana con la mano





## Escalada en contenedor

Los atletas utilizarán las cuerdas/elementos proporcionados para subir y bajar del contenedor.

Intentos: Infinitos Fallidos cuando: un atleta usa cualquier cosa además de las cuerdas\elementos provistos

Completado cuando: un atleta supera la pared usando solo las cuerdas\ elementos proporcionados.



Natación

Cada atleta nadará el recorrido definido

Intentos: infinitos Fallidos cuando: socorrista ayuda al deportista

Completado cuando: el atleta llega al final del recorrido marcado.



## Zamburguesa

Cada atleta pasará sobre las planchas, corriendo a gatas, reptando...

Intentos: infinitos Fallidos cuando: socorrista ayuda al deportista.

Completado cuando: el atleta llega al final del recorrido marcado.



## ZAMBURGUESAS

Reglas de carrera por equipos

Los miembros del equipo comenzarán juntos. Se registrará el tiempo de cada atleta con un chip electrónico y se considerará el tiempo registrado por el último integrante del equipo. El equipo arranca, corre y llega junto.

Se alienta a cada equipo a usar la misma camiseta o los mismos colores o marcas del equipo para que sea más fácil para los jueces y voluntarios llevar a cabo sus funciones.

Cada obstáculo debe superarse en conjunto siguiendo el mismo carril, es decir, en cada obstáculo cada equipo puede ocupar como máximo un carril. Sin cambiar la calle elegida por el primer atleta, por tanto, el segundo atleta del equipo procederá a superar el obstáculo en cuanto el primero haya tocado la campana de final de calle y lo mismo le ocurrirá con el resto de los componentes del equipo.

Habrán obstáculos en el recorrido que deberá superar cada equipo en modo cooperativo. A modo de ejemplo ilustrativo pero no exhaustivo, habrá transportes que deban ser realizados por todo el equipo simultáneamente, equilibrios u otros obstáculos que comprometan a todo el equipo.

## Transporte de neumáticos

Los atletas deberán ayudarse unos a otros a llevar un neumático a lo largo del recorrido marcado. Debe transportarse mientras se levanta del suelo, no se puede arrastrar ni voltear. Se puede llevar de todos modos cuando se levanta (hombros, sobre la cabeza,...). Puede ser llevada solo por 1 o 2 atletas, pero todo el equipo debe permanecer unido hasta la finalización.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: el nivel no se mantiene durante todo el curso o el equipo no se mantiene unido durante toda la duración.

Completado cuando: el nivel se baja suavemente al final del recorrido y los miembros del equipo están junto



## Palet sobre suelo de lava

Todo el equipo recorrerá todo el recorrido únicamente sobre los 2 palets proporcionados, sin pisar nunca el suelo. El equipo cooperará para recoger el "palet de atrás" y colocarlo frente al que están parados. Caminarán sobre el palet vacío y repetirán hasta el final del recorrido. Los atletas deben permanecer en las tarimas en todo momento. Si algún atleta cae al suelo, debe retroceder sobre el palé antes de seguir adelante. Las paletas se pueden mover solo si los 3 miembros del equipo están fuera del suelo.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: los palets no se transportan durante todo el recorrido o los palets se mueven cuando algún miembro del equipo está en el suelo

Completado cuando: las paletas se transportan hasta el final del recorrido.



# OCR UAR GLADIATOR RACE



Guardia Civil

## Esquí del Diablo

El equipo elegirá un gran par de 'zapatos' y se coordinará para caminar durante todo el recorrido. El equipo debe avanzar usando solo los 'zapatos', si los atletas caen al suelo, deben levantarse antes de continuar. Está permitido cambiar de posición durante el curso.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: el equipo no camina usando los trineos durante todo el recorrido

Completado cuando: el equipo completa todos los recorridos usando solo los trineos.



## A un compañero nunca se le abandona

El equipo elegirá a 1 miembro para que lo lleven los otros 2. Un atleta debe estar colgado del tronco en todo momento. Está permitido hacer una pausa y cambiar al atleta transportado. No se permite proceder si ningún atleta está colgado en el tronco.

Intentos: infinitos Fallidos cuando: el equipo no lleva un atleta durante todo el recorrido

Completado cuando: el equipo completa los recorridos completos con 2 atletas llevando al tercero.

