



**LIGA NACIONAL
DE CARRERAS DE
OBSTACULOS**

HARD RUNNING

-REGLAMENTO CORREDORES-

Índice

- **INTRODUCCION.**
- **NORMAS.**
- **CATEGORIAS.**
- **SISTEMA DE PUNTUACION.**
- **PRUEBAS ESPECIALES PUNTUABLES**
- **PREMIOS**
- **RANKING Y GANADORES LIGA**

- **INTRODUCCION.**

Siendo conocida la instauración de una Liga Española de Carreras de Obstáculos, la cual dirige y gestiona OCRA España, desde HARD RUNNING ofrecemos la posibilidad de participar en la Liga Nacional HARD RUNNING que se va a realizar en base a las pruebas del año 2018.

Dentro del circuito que corresponde a la Liga HARD RUNNING habrá varios tipos de pruebas, las Carreras de Obstáculos, y las pruebas especiales puntuables (duelos y challengers). Cada una de las pruebas según su formato, tendrá un sistema de puntuación distinto. Los cuales servirán para que los corredores, puedan participar en la mayor cantidad de eventos para incrementar su ranking.

- **NORMAS.**

-La participación en la Liga HARD RUNNING es totalmente gratuita para sus participantes.

-Para las competir en las categorías **SUB-23, ELITE y VETERANOS** es necesario realizar una inscripción previa a la liga, haciéndolo así constar a través de:

e-mail: liga@hardrunning.es

-Para la categoría **POPULAR** no será necesario comunicarlo a la Dirección de carrera.

-Todos los corredores que participen en los eventos HARD RUNNING, recibirán puntos según su puesto en la clasificación final de las pruebas realizadas.

-La Liga estará compuesta por las distintas carreras que se disputen en toda la Península e Islas del territorio Español.

-El periodo de liga se computara en el **Año natural en curso**, que comprende las fechas desde el **01 de Febrero al 31 de Noviembre del mismo año**.

-Las carreras serán de entre 5/8km y el número de obstáculos será de entre 3 obst/km y 2,5 obst/km. Dando un total de 15 obst. En las de 5km y 20 obst. En la de 8km.

NORMA ESPECIAL:

A la Liga HARD RUNNING se podrán adscribir el resto de carreras que se celebren en todo el territorio nacional y sus islas. Los sistemas de puntuación y distancias serán los mismos que tienen las pruebas del circuito HARD RUNNING.

- **CATEGORIAS.**

- SUB-23 (MASC. Y FEM.)
- ELITE (MASC. Y FEM.)
- VETERANO (MASC. Y FEM.)
- EQUIPOS (ELITE Y POPULAR)
- POPULAR (INDIVIDUAL MASC. y FEM. y EQUIPOS)

- **SISTEMA DE PUNTUACION.**

Se tomara la clasificación oficial de la carrera disputada, para conceder la puntuación pertinente a cada corredor/equipo. Siendo esta puntuación la siguiente:

- **Categorías SUB-23:**

Solo estarán incluidos en esta categoría los que tengan una edad inferior a 23 años durante el año natural de las pruebas.

Puntuaran todos los participantes hasta el nº30, concediendo la siguiente puntuación:

1º 150pts

2º 145pts

3º 140pts

.

.

.

30º 05pts

Se sucederán las puntuaciones descontando 5pts al anterior clasificado hasta llegar al último que contara con la mínima puntuación, esta será de 5pts.

Solamente los 3 primeros clasificados obtendrán pódium el día del evento.

- **Categoría ELITE:**

Estarán incluidos en esta categoría los corredores/as que tengan una edad **superior** a 23 años durante el año natural de las pruebas. Hasta la edad máxima de 45 años.

Puntuaran todos los participantes hasta el nº30, concediendo la siguiente puntuación:

1º 150pts

2º 145pts

3º 140pts

.

.

.

30º 05pts

Se sucederán las puntuaciones descontando 5pts al anterior clasificado hasta llegar al último que contara con la mínima puntuación, esta será de 5pts.

Solamente los 3 primeros clasificados obtendrán pódium el día del evento.

- **Categoría VETERANOS:**

Estarán incluidos en esta categoría los corredores/as que tengan una edad **superior** a 45 años durante el año natural de las pruebas.

Puntuaran todos los participantes hasta el nº30, concediendo la siguiente puntuación:

1º 150pts

2º 145pts

3º 140pts

.

.

.

30º 05pts

Se sucederán las puntuaciones descontando 5pts al anterior clasificado hasta llegar al último que contará con la mínima puntuación, esta será de 5pts.

Solamente los 3 primeros clasificados obtendrán pódium el día del evento.

- **Categoría Popular:**

Puntuaran todos los participantes sin condición de edad hasta el nº30, concediendo la siguiente puntuación:

1º 150pts

2º 145pts

3º 140pts

.

.
.
30º 05pts

Se sucederán las puntuaciones descontando 5pts al anterior clasificado hasta llegar al último que contara con la mínima puntuación, esta será de 5pts.

Solamente los 3 primeros clasificados obtendrán pódium el día del evento.

- **Categoría equipos ELITE y POPULAR (5pax/10pax)**

Puntuaran todos los equipos que participen en la carrera, concediendo la siguiente puntuación:

1º 500pts

2º 450pts

3º 400pts

.

.

10º 50pts

Se sucederán las puntuaciones descontando 50pts al anterior clasificado hasta llegar al último que contara con la mínima puntuación, esta será de 50pts.

Solamente los 3 primeros clasificados obtendrán pódium el día del evento.

Norma particular:

Solo se concederá puntuación a los equipos que acaben todos los miembros juntos, siendo el tiempo del 5º o 10º integrante respectivamente, en cruzar la meta el que clasifique.

Los Equipos podrán ser Masculinos, Femeninos o Mixtos.

- **EVENTOS ESPECIALES PUNTUABLES (Duelos).**

Puntuaran de forma especial en las categorías competitivas, en todos los eventos formato Duelos, en los que participen.

La puntuación se le concederá a los 3 primeros clasificados de cada categoría

Puesto 1º -----20pts

Puesto 2º -----15pts

Puesto 3º -----10pts

- **PRUEBA ESPECIAL PUNTUABLE (CHALLENGE)**

Será prueba especial puntuable, la **HARD RUNNING WORLD CUP modalidad 100k**, concediendo a los que participen en ella **50** puntos.

Solo se concederán dichos puntos a aquellos que terminen la prueba en su totalidad.

Los que participen en **la HARD RUNNING WORLD CUP en su modalidad 18k**, recibirán **10** puntos.

- **PREMIOS.**

Serán premiados los 3 primeros de cada categoría en cada prueba o evento especial que se dispute.

- **RANKING Y GANADORES LIGA.**

- El/la campeón/a de La Liga será el corredor/a, que al finalizar todas las competiciones del calendario, tenga más puntos acumulados en su ficha de corredor.
- El corredor que más eventos haya disputado del Circuito, se coloca por delante del resto. Prevalciendo siempre la puntuación.
- En caso de empate, el corredor que más eventos haya disputado, se colocara en primera posición.
- En caso de no poder desempatar mediante los criterios anteriores, se tendrá en cuenta los tiempos de cada evento, siendo el resultado de la suma de estos, el que determine el ganador.