



***OCRAGalicia***  
Since2018

**LIGA GALLEGA**

Carreras de obstáculos

DESCRIPCIÓN CONTENIDO  
Reglamento 2020

OCRA Galicia es una entidad independiente creada para la regulación de una clasificación general de carreras de obstáculos organizadas en Galicia y promoción de las carreras de obstáculos en la misma comunidad, Galicia. **Fundada en Enero de 2018.**

En el 2020 se disputará la tercera temporada de la Liga de OCRA Galicia. Se solicitan unos requisitos mínimos **a las organizaciones de las carreras** para que estas pruebas cumplan unos estándares mínimos de calidad.

**OCRA Galicia no organiza pruebas como entidad**, ese es un campo reservado a organizadores, pero como asociación/empresa reguladora de las carreras de obstáculos en Galicia, supervisará las pruebas que puntúen o clasifiquen en las competiciones de OCRA Galicia para comprobar que cumplen con los compromisos adquiridos para ofrecer unas pruebas con unas condiciones aceptables en todos los niveles, **en caso de que alguna de las organizaciones no cumpliera con los condicionantes requeridos, no podrá pertenecer a OCRA Galicia** y si se incumple algún compromiso adquirido se consensuará con la misma su cese este año.

### Competiciones:

- Liga OCRA Galicia ORIXE: para todos los nacidos en la comunidad gallega ó residentes más de 1 año en la misma a contar desde la fecha de la primera prueba hacia atrás.
- Liga OCRA Galicia OPEN: Abierta a todos los corredores independientemente de su procedencia/ubicación geográfica. Se rige por la misma normativa en categorías y puntuaciones que la Liga.

## **Requisitos básicos para poder pertenecer a OCRA Galicia:**

### **Corredores:**

Registrarse en la base de datos que proporcionará OCRA Galicia en [www.ocragalicia.com](http://www.ocragalicia.com)

## **LIGA Gallega DE CARRERAS DE OBSTACULOS 2020**

La Liga gallega de carreras de obstáculos, es una competición a nivel individual, equipos y clubes basada en el sistema de acumulación de puntos. En esta temporada 2020 los corredores sumaran como máximo sus 10 mejores resultados, descartándose las peores puntuaciones en caso de superar las 10 pruebas.

OCRA Galicia, como ente regulador a nivel regional gallego de las OCR's (carreras de obstáculos), es la encargada de supervisar que se cumplan los requisitos establecidos en todas las pruebas que estén incluidas en la Liga, recibir, gestionar, actualizar y publicar los resultados de las tandas que forman parte de la liga, y hacer cumplir las normas internas.

## **CONDICIONANTES Y REQUISITOS PARA FORMAR PARTE DE LA LIGA GALLEGA DE CARRERAS DE OBSTACULOS 2020**

- Existirán 2 categorías: **Elite**, **Elite grupos de edad** y **Popular**. Un mismo corredor no puede competir en las 2 categorías.
- A nivel modalidades existirán: individual, equipos y clubes.
  - De manera **individual** se participará en categoría élite, élite grupos de edad y popular.
  - Por **equipos** se deberá elegir la categoría Popular, ya que el objetivo es la participación en equipo, las ayudas para

superar los obstáculos y la participación conjunta en todo el recorrido.

- o **Clubes:** modalidad dirigida a aquellos corredores de categoría Elite que quieren participar como club. El número de miembros del club es ilimitado, puntuarán en categoría Elite (No Elite grupos de edad). El ranking se programará por puntuación media de los 4 primeros miembros en entrar en meta. No hay distinción de sexos, se compite entre clubes independientemente del sexo de sus componentes; a las mujeres de cada club se les aplicará un factor de corrección multiplicando su tiempo de carrera por 0,75 y así equiparar tiempos de carrera entre hombres y mujeres. Se podrán hacer fichajes de corredores/as, para el club, hasta la segunda carrera (esta incluida) de OCRA GALICIA 2020; una vez pasada la 2ª carrera los clubes no podrán hacer fichajes ni aumentar componentes.

## REGLAMENTO DE COMPETICION LIGA Gallega DE CARRERAS DE OBSTACULOS 2020

Todas las organizaciones de carreras de obstáculos, que quieran formar parte de la LIGA GALLEGA deberán ceñirse a esta normativa de competición.

Todos los racers, que compitan en las carreras de obstáculos puntuables para la liga y deseen puntuar en ellas, deberán ceñirse a esta normativa.

**REQUISITO IMPRESCINDIBLE:** Los corredores que quieran puntuar al final de la liga en clasificación general, deberán participar por lo menos en el **6 de las pruebas pertenecientes a OCRA Galicia en Elite y Grupos de Edad y a un mínimo del 4 para la categoría Popular (ya sea individual o equipos).**

**IMPORTANTE:**

**En caso de empate de puntuación final entre corredores, se tendrá en cuenta para el desempate lo siguiente:**

**Puntuación de resto de carreras que no puntuaron, se tendrá en cuenta los mejores siguientes resultados no computados; por tanto se premia la participación. En caso de seguir empatados habiendo contado el número de carreras totales, se contabilizaran las carreras en las que han participado en común, los corredores empatados, y computaremos tiempos totales, siendo campeón/ona el/la que haya realizado mejores tiempos.**

**Carreras pertenecientes a OCRA Galicia y modalidades que puntúan:**

**Pretorian Race Lugo:** Elite general individual/clubes, Elite Grupos de edad, popular individual y equipos.

**Bomberos Race Vigo:** Elite general individual/clubes, Popular general y equipos.

**OCR Allariz:** Elite general individual/clubes, Popular general y equipos.

**X-ONE Race (Salcedo-Pontevedra):** Elite general individual/clubes, Elite Grupos de edad, popular individual y equipos.

**Poseidon Race Cerceda:** Elite general individual/clubes, Popular general y equipos.

**Gadiator Race Pontevedra:** Elite Warriors individual/clubes y Popular Warriors general y equipos.

**Desafío Bomberos Coruña:** Elite general individual/clubes, Popular general y equipos.

**Samurai Xtreme As Pontes-Coruña:** Elite general individual/clubes, Elite Grupos de edad, popular individual y equipos.

**O Camiño Race Santiago:** Elite general individual/clubes, Elite Grupos de edad, popular individual y equipos.

**OCR Cidade de Narón-Coruña:** Elite general, Popular general y equipos.

**Wolf Survival (Provincia de Lugo):** Elite general individual/clubes, Popular general y equipos.

**Desafío Boot Camp Vigo:** Elite general individual/clubes, Elite Grupos de edad, popular individual y equipos.

## **IMPORTANTE A TENER EN CUENTA:**

### Categorías élite:

- En las carreras en que sólo haya referenciada para inscribirse **CATEGORÍA ELITE**; OCRA Galicia publicará resultados generales Elite que nos proporcionen la organización de cada carrera y a su vez daremos resultados por grupos de edad para la clasificación general OCRA Galicia.
- En carreras en las que exista la modalidad **ELITE NO COMPETITIVA**, los resultados se compararán con Elite competitiva (de cara al ranking OCRA Galicia) ya que entendemos (y así lo han definido en años anteriores) que cada carrera tiene contemplado que esos corredores deben tener las mismas normas que elite competitiva de cara a superar los obstáculos (penalizaciones, Normativas OSO y similares).

## **1- PARTICIPACIÓN**

La edad mínima para participar es 18 años. Podrán participar todos los atletas sin importar condición o sexo.

## **2- INSCRIPCIÓN [www.ocragalicia.com](http://www.ocragalicia.com)**

Las inscripciones se realizarán a través de los soportes o medios que las organizaciones pongan a disposición de los corredores. Los precios variarán según las organizaciones y las distancias recorridas, siendo cada organización la que establece los precios para su prueba. OCRA Galicia NO ORGANIZA las pruebas. OCRA Galicia sólo genera una liga en territorio regional y puntúa a los corredores según las clasificaciones que transmite cada organización, aporta comunicación para que cada vez más corredores participen en nuestros eventos.

### **INSCRIPCIÓN LIGA OCRA Galicia:**

Elite individual/club y Grupos de edad: coste inscripción OCRA Galicia GRATUITO.

Popular/Equipos: Coste inscripción OCRA Galicia GRATUITO.

### **3- DISTANCIAS Y MODALIDADES**

Las pruebas de la LIGA GALLEGA en la temporada 2019 estarán entre 5 Kms de distancia mínima y 15 Kms de distancia máxima.

Las modalidades que puntúan por carrera son las indicadas en puntos anteriores.

### **4- CATEGORÍAS**

En la temporada 2020 dispondremos las categorías **ELITE** (individual, grupos de edad y clubes) y **POPULAR** (individual y equipos).

En las categorías individuales habrá clasificación masculina y femenina, en equipos y clubes que todos competirán contra todos.

En 2020 los grupos de edad (**en ELITE**), tendrán un ganador/a absoluto/a de elite individuales de cada grupo de edad según estos rangos:

18-24

25-29

30-34

35-39

40-44

45-49

+ 50

**IMPORTANTE RECORDAR ELITE:** Para OCRA Galicia se tendrán en cuenta los resultados elite globales, compitiendo los corredores que salgan en tandas OCRA Competitiva con los corredores Elite que participen en otras tandas Elite No competitivas. Por tanto los elites compiten todos contra todos en OCRA Galicia.

## **5- SISTEMA DE PUNTUACIÓN LA LIGA GALLEGA DE CARRERAS DE OBSTACULOS (se adjunta aparte)**

**Clasificarán los 100 primeros corredores de:**

- Elite masculino
- Elite femenino
- Popular masculino
- Popular femenino
- Equipos Popular
- Grupos de edad en ELITE

## **6- REGLAS TANDA Elite y Popular para clasificar en la Liga gallega.**

ES OBLIGATORIO CORRER CON EL CHIP ENTREGADO POR LA ORGANIZACIÓN. No se permite la participación sin el mismo, para todos los que quieran clasificar.

Es obligatorio correr con el distintivo que entregue la organización al corredor (si la hubiese).

La actitud antideportiva, de increpación o de insulto en carrera a otro corredor, juez, voluntario u organización, así como al finalizar la misma, supondrá una sanción por parte de OCRA Galicia, además de la posible



sanción por parte de la organización, dependiendo del reglamento de competición en el apartado de sanciones, pudiendo ampliarse ésta durante más tiempo si esta persona fuera reincidente.

#### **7- La decisión, sobre la apreciación de obstáculo superado o no, de un marshal/voluntario/juez en el obstáculo no es recurrible.**

Cada organización publica el reglamento que habrá que cumplir de manera estricta.

OCRA Galicia, ante recursos de corredores o apreciaciones de resultados de carrera, se guiará por los datos que proporcione cada organización.

#### **8- NORMATIVA DE PENALIZACIONES DE NO SUPERACIÓN DE UN OBSTÁCULO**

Las organizaciones pueden trabajar con la normativa OSO (Obligación de Superar el Obstáculo), o con cualquiera de las normativas de penalizaciones indicadas en su reglamento interno, siempre que se especifique en el reglamento de la prueba en que obstáculos se van a aplicar las normativas que no son OSO.

#### **9- SUSPENSIÓN DE LA PRUEBA**

OCRA Galicia no organiza ninguna de las pruebas de la LIGA gallega por lo que en estos casos es la organización de la prueba la que según sus criterios o reglas la que decide si la prueba se suspende. OCRA Galicia aceptará los criterios de las organizaciones para estos casos y decidirá, en caso de haber empezado la prueba, si los resultados son válidos para la liga o no.

## **10- RECOGIDA DEL DORSAL**

Para retirar el dorsal, se estará a lo que disponga cada organizador para su prueba.

## **11- USO DE LOS DATOS DEL PARTICIPANTE**

La participación en LIGA gallega supone la autorización para el uso libre del nombre del participante y su foto en medios de difusión (emisión y programas de televisión o radio en su caso) en la prensa o en cualquier otro tipo de medio acreditado y relacionado con la prueba.

De conformidad con lo establecido en la ley orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal, se informa que la participación en la prueba implica el consentimiento para la incorporación de los datos personales facilitados al fichero automatizado existente para los organizadores. La finalidad de este fichero es el tratamiento para la gestión y desarrollo de la mencionada prueba.

Los atletas consienten tácitamente que las imágenes que se obtengan en la carrera podrán ser utilizadas por la organización y por las empresas colaboradoras para fines de difusión y publicidad del evento y/o productos asociados al mismo.

## **12- ACEPTACION DEL REGLAMENTO**

Todos los participantes en las pruebas que puntúan para la LIGA Gallega por el hecho de participar aceptan y se comprometen a cumplir las normas de competición de la LIGA.

### **Anexo Puntuaciones:**

<b>POS</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>POS.</b>	<b>PUNTOS</b>	<b>POS</b>	<b>PUNTO</b>	<b>POS</b>	<b>PUNTO</b>	<b>POS</b>	<b>PUNTO</b>
.				.	S	.	S	.	S
<b>1</b>	2000	<b>21</b>	720	<b>41</b>	525	<b>61</b>	427	<b>81</b>	368
<b>2</b>	1800	<b>22</b>	710	<b>42</b>	520	<b>62</b>	424	<b>82</b>	366
<b>3</b>	1650	<b>23</b>	700	<b>43</b>	515	<b>63</b>	421	<b>83</b>	364
<b>4</b>	1525	<b>24</b>	690	<b>44</b>	510	<b>64</b>	418	<b>84</b>	362
<b>5</b>	1425	<b>25</b>	680	<b>45</b>	505	<b>65</b>	415	<b>85</b>	360
<b>6</b>	1335	<b>26</b>	670	<b>46</b>	500	<b>66</b>	412	<b>86</b>	358
<b>7</b>	1255	<b>27</b>	660	<b>47</b>	495	<b>67</b>	409	<b>87</b>	356
<b>8</b>	1185	<b>28</b>	650	<b>48</b>	490	<b>68</b>	406	<b>88</b>	354
<b>9</b>	1115	<b>29</b>	640	<b>49</b>	485	<b>69</b>	403	<b>89</b>	352
<b>10</b>	1055	<b>30</b>	630	<b>50</b>	480	<b>70</b>	400	<b>90</b>	350
<b>11</b>	1000	<b>31</b>	620	<b>51</b>	475	<b>71</b>	397	<b>91</b>	348
<b>12</b>	950	<b>32</b>	610	<b>52</b>	470	<b>72</b>	394	<b>92</b>	346
<b>13</b>	905	<b>33</b>	600	<b>53</b>	465	<b>73</b>	391	<b>93</b>	344
<b>14</b>	865	<b>34</b>	590	<b>54</b>	460	<b>74</b>	388	<b>94</b>	342
<b>15</b>	830	<b>35</b>	580	<b>55</b>	455	<b>75</b>	385	<b>95</b>	340
<b>16</b>	800	<b>36</b>	570	<b>56</b>	450	<b>76</b>	382	<b>96</b>	338
<b>17</b>	775	<b>37</b>	560	<b>57</b>	445	<b>77</b>	379	<b>97</b>	336
<b>18</b>	755	<b>38</b>	550	<b>58</b>	440	<b>78</b>	376	<b>98</b>	334
<b>19</b>	740	<b>39</b>	540	<b>59</b>	435	<b>79</b>	373	<b>99</b>	332

<b>20</b>	730	<b>40</b>	530	<b>60</b>	430	<b>80</b>	370	<b>100</b>	330
-----------	-----	-----------	-----	-----------	-----	-----------	-----	------------	-----

OCRA Galicia se reserva el derecho de modificar alguno de los puntos, aquí reflejados, por motivos referentes a dar la mejor de las competiciones.