



REGOLAMENTO

Challenge Sthenathlon-FIGE

1. LE COMPETIZIONI STHENATHLON SPECIALITÀ ELEMENT

Le competizioni Sthenathlon di specialità Element (più avanti "Challenge") sono gestite in via esclusiva dalla Federazione Italiana Pesistica (FIGE), e si compongono di Competizioni, organizzate a livello territoriale, dagli Sthenathlon Point (ossia ASD/SSD affiliate FIGE in possesso dei requisiti richiesti per la specifica qualifica).

Le Challenge sono competizioni destinate esclusivamente ad **Atleti Agonisti FIGE di specialità Element**, ossia quegli Atleti che, pur seguendo corsi di allenamento funzionale negli Sthenathlon Point, non abbiano mai partecipato a competizioni di Fitness Funzionale e non abbiano tutte le abilità di un Atleta di specialità Performance. Il Tecnico FIGE che presenta l'Atleta per l'iscrizione alla Challenge ne è garante in tal senso, secondo l'etica e lo spirito sportivo che deve essere patrimonio morale e comportamentale di un Tecnico Federale.

2. CLASSI D'ETA' AMMESSE ALLE CHALLENGE

Esordienti:	dai 13° al 16° anno
Juniore:	dal 17° al 21° anno
Seniore:	dal 22° al 32° anno
Master "33":	dal 33° al 39° anno
Master "40":	dal 40° al 44° anno
Master "45":	dal 45° al 49° anno
Master "50+":	dal 50° anno in poi

Tutte le classi di età sono calcolate considerando solo l'anno di nascita dell'Atleta.

3. REQUISITI PER LA PARTECIPAZIONE AGLI EVENTI TERRITORIALI

Possono partecipare alle Challenge Sthenathlon **solo gli Atleti Agonisti FIGE**, tesserati per il medesimo Sthenathlon Point organizzatore ovvero altro Sthenathlon Point qualificato come tale dalla Federazione:

- in regola con il Tesseramento per una Società regolarmente affiliata alla FIGE per l'anno di competenza e con la prevista certificazione medico agonistica in corso di validità;
- che abbiano raggiunto la maggiore età alla data di partecipazione alla competizione o che siano in possesso di espressa autorizzazione da chi esercita la responsabilità genitoriale;
- che abbiano accettato il presente regolamento;
- che abbiano utilizzato la piattaforma di iscrizione www.judgerules.it entro i termini ivi indicati;
- che non siano risultati qualificati ovvero che non abbiano partecipato in qualità di ripescati alle Finali del Campionato Sthenathlon 2021 e/o 2023;
- che abbiano adempiuto a tutte le formalità richieste;
- che non siano incorsi in provvedimenti di sospensione cautelare dall'attività sportiva o in provvedimenti sanzionatori di qualunque grado di giudizio emessi dalle competenti autorità sportive nazionali ed internazionali. Sottacere alla organizzazione gara tali situazioni comporta il diritto per quest'ultima di tutelarsi giuridicamente in ogni sede.

Gli Atleti, in possesso dei requisiti di cui sopra, possono partecipare a più Challenge.

4. LUOGHI E DATE

Le CHALLENGE sono organizzate negli Sthenathlon Point autorizzati dalla Federazione.

Per il 2023, possono essere organizzate n. 2 Challenge per Regione o più, qualora il numero complessivo delle Challenge organizzate sia inferiore a 40.

5. COSTI DI REGISTRAZIONE

Il costo di iscrizione per ciascuna Challenge è di euro 25,00 (venticinque/00).



REGOLAMENTO

Challenge Sthenathlon-FIPE

Per essere ammesso alla CHALLENGE, ciascun Atleta deve registrarsi sulla piattaforma di riferimento www.judgerules.it.

L'iscrizione alla Challenge viene fatta dall'Atleta Agonista stesso, tesserato per il medesimo Sthenathlon Point organizzatore ovvero altro Sthenathlon Point qualificato come tale dalla Federazione.

I dettagli operativi dell'iscrizione saranno comunicati con apposito comunicato a stretto giro.

6. TERMINI DI ADESIONE

Al fine di poter partecipare all'evento, l'atleta conferma attraverso la sua iscrizione di essere completamente ed interamente d'accordo con le norme e linee guida illustrate nel presente Regolamento.

7. ALLESTIMENTO DEL CAMPO DI GARA

Le prove sono sostenute all'interno dei c.d. "Spaces", aree di gara delimitate con apposita nastratura a terra e con le specifiche tecniche illustrate nel documento allegato, che forma parte integrante del presente Regolamento.

L'organizzatore deve disporre di almeno due Spaces (o multipli), prevedendo un numero di Kriterior pari ad 1,5 volte il numero degli Spaces (esempio: 2 Spaces, 3 Kriterior; 4 Spaces, 6 Kriterior...).

E' a carico del Referente Sthenathlon competente per territorio verificare l'esatta corrispondenza tra Spaces a disposizione e Kriterior convocati.

I Kriterior, secondo la timeline comunicata in fase di organizzazione della Challenge, hanno una turnazione di 40 minuti di attività e 20 minuti di riposo ogni ora.

8. REGOLE GENERALI SULLE PROVE DI QUALIFICA

Le Prove includono:

- Puntaggi di performance di ogni singolo movimento;
- Numero richiesto di ripetizioni e loro sequenza;
- L'attrezzatura utilizzata è quella standard e viene fornita dall'organizzazione;
- Tempo a disposizione;
- Metodo di scoring.

Modificare la prova di qualifica è tassativamente vietato e costituisce invalidazione dell'intera prova.

Variare pertanto lo standard di movimento o modificare il range of motion di un esercizio è assolutamente proibito. Pertanto, ogni movimento ritenuto non comune, fuori dall'ordinario o utilizzato per accorciare o modificare il movimento prescritto sarà sanzionato dall'Head Kriterior.

È sola ed esclusiva responsabilità dell'Atleta informare l'organizzazione gara o l'head kriterior di una limitazione funzionale. L'organizzazione si riserva il diritto di richiedere eventuale prova documentale che l'atleta dovrà fornire.

Tutti gli standard di movimento relativi agli esercizi proposti nelle prove vengono dettagliati nel documento allegato, che forma parte integrante del presente Regolamento, il quale comprende:

- Indicazioni sull'allestimento degli Spaces (aree all'interno delle quali l'Atleta svolge le sue prove di gara);
- Dettaglio sugli standard di movimento e sulle validazioni delle ripetizioni;
- Posizionamento dei Kriterior all'interno degli Spaces.

9. MOVIMENTI E CARICHI RICHIESTI "CHALLENGE"

Nella tabella seguente vengono riportate per brevità le seguenti sigle, a descrizione degli esercizi:

DB = Dumbbell

BJO = Box Jump Over

BSO = Box Step Over

KB = Kettlebell



REGOLAMENTO

Challenge Sthenathlon-FIPE

BB = Barbell

EB = Empty Barbell (Bilanciere scarico)

WL = Walking Lunges

SL = Step Lunges

Gli atleti della categoria ELEMENT dovranno dimostrare padronanza degli esercizi presenti nella seguente lista:

	CHALLENGE PROVA 1			CHALLENGE PROVA 2		CHALLENGE PROVA 3		
	DB SNATCH ALTERNATI	BJO M 60cm W 50cm	SIT UP	BURPEES WITH DB	KB RUSSIAN SWING	BB DEADLIFT	WL	DB THRUSTER
ESORDIENTI M	10 KG	BOX STEP OVER	SIT UP	10KG BURPEES	12 KG	EB CON PARTENZA SOTTO GINOCCHIO	FRONT RACK SL ALTERNATI 10 KG	10 KG
ESORDIENTI W	5 KG	BOX STEP OVER	SIT UP	5KG BURPEES	8 KG	EB CON PARTENZA SOTTO GINOCCHIO	FRONT RACK SL ALTERNATI 5 KG	5 KG
JUNIORES M	10 KG	BOX STEP OVER	SIT UP	10KG BURPEES	12 KG	EB CON PARTENZA SOTTO GINOCCHIO	FRONT RACK WL 10 KG	10 KG
JUNIORES W	5 KG	BOX STEP OVER	SIT UP	5KG BURPEES	8 KG	EB CON PARTENZA SOTTO GINOCCHIO	FRONT RACK WL 5 KG	5 KG
SENIORES M	15 KG	BJO	SIT UP	15KG BURPEES	20 KG	50 KG	FRONT RACK WL 15KG	15 KG
SENIORES W	10 KG	BJO	SIT UP	10KG BURPEES	16 KG	35 KG	FRONT RACK WL 10 KG	10 KG
MASTER 33 M	15 KG	BJO	SIT UP	15KG BURPEES	20 KG	50 KG	FRONT RACK WL 15 KG	15 KG
MASTER 33 W	10 KG	BJO	SIT UP	10KG BURPEES	16 KG	35 KG	FRONT RACK WL 10 KG	10 KG
MASTER 40 M	15 KG	BJO	SIT UP	15KG BURPEES	20 KG	50 KG	FRONT RACK WL 15 KG	15 KG



REGOLAMENTO

Challenge Sthenathlon-FIGE

MASTER 40 W	10 KG	BJO	SIT UP	10KG BURPEES	16 KG	35 KG	FRONT RACK WL 10 KG	10 KG
MASTER 45 M	15 KG	BJO	SIT UP	15KG BURPEES	20 KG	50 KG	FRONT RACK WL 15 KG	15 KG
MASTER 45 W	10 KG	BJO	SIT UP	10KG BURPEES	16 KG	35 KG	FRONT RACK WL 10 KG	10 KG
MASTER 50+ M	10 KG	BOX STEP OVER	SIT UP	10KG BURPEES	16 KG	EB CON PARTENZA SOTTO GINOCCHIO	FRONT RACK SL ALTERNATI 10 KG	10 KG
MASTER 50+ W	5 KG	BOX STEP OVER	SIT UP	5KG BURPEES	12 KG	EB CON PARTENZA SOTTO GINOCCHIO	FRONT RACK SL ALTERNATI 5 KG	5 KG

10. ACCREDITO

Data, luogo, informazioni logistiche saranno comunicate direttamente dal singolo Sthenathlon Point organizzatore. Gli atleti devono obbligatoriamente effettuare il check-in secondo le comunicazioni che verranno fornite attraverso i predetti canali nei modi e nei tempi indicati, fornendo la documentazione loro richiesta.

11. SISTEMA DI VALUTAZIONE E CLASSIFICA

Il sistema di scoring segue il metodo di applicazione utilizzato da www.judgerules.it.

E' facoltà di ciascun Sthenathlon Point, nell'organizzazione della Challenge, stabilire eventuali Podi e/o Premi in occasione del singolo evento.

12. VALIDAZIONE PROVE

Durante tutte le fasi della competizione le prestazioni degli atleti sono verificate da uno o più kriterior convocati dal singolo Sthenathlon Point organizzatore.

I kriterior valutano i partecipanti sulla base delle prove prescritte in accordo con i criteri e gli standard di movimento indicati prima dell'inizio della prova.

Ogni partecipante deve firmare la score-card per convalidare il punteggio assegnato dal kriterior; in caso di contestazioni, il partecipante deve immediatamente presentare appello all'Head Kriterior al quale spetterà la decisione definitiva.

Una score-card firmata non può essere contestata e il punteggio assegnato dal kriterior risulta definitivo ed inappellabile. In nessun caso sono ammesse variazioni dopo la chiusura della classifica o al termine di ogni singola giornata di gara.

13. REGOLE DI COMPORTAMENTO E DECISIONI DEI KRITERIOR

L'Head Kriterior è la figura a cui viene demandata la direzione dell'evento ed è il soggetto di riferimento per ogni questione afferente i workouts.

Il partecipante accetta di comportarsi in maniera leale e sportiva: manipolazioni e tentativi d'inganno, comportamenti di disturbo o di ostacolo, discussioni violente e commenti offensivi, o qualsiasi altro comportamento atto ad



REGOLAMENTO

Challenge Sthenathlon-FIPE

offendere, ingiuriare o ledere l'immagine di Sthenathlon o dell'organizzazione e dei volontari in essa impegnati verranno punite dal direttore di gara con l'esclusione dalla competizione dell'autore della condotta sanzionata.

Sono anche punibili con penalizzazioni sulla classifica tutte le condotte antisportive e ogni possibile atteggiamento volto a danneggiare l'organizzazione, i partecipanti, gli sponsor, gli spettatori e altri presenti o ad impedire ad altri concorrenti la partecipazione alla competizione in modo equo e corretto.

Il partecipante è inoltre tenuto ad indossare per tutta la durata delle sue prove e nella fase di premiazione eventuale, abbigliamento consono ad una competizione Federale; in particolare, non è consentito indossare abbigliamento con loghi o scritte che siano in palese conflitto etico con la Federazione Italiana Pesistica; non è ammesso competere utilizzando fasce per i polsi da Powerlifting.

In nessun caso, e in nessun momento, è consentito gareggiare a torso nudo, pena la squalifica dalla competizione. Le decisioni dell'organizzazione o dell'Head Kriterion sono definitive e inappellabili.