REGULAMENT OFICIAL

WINTER RACE 2026 - TEENS CHALLENGE

Ediția a II-a Winter Race

Organizator: CrossGym Satu Mare
În colaborare cu: Academia Partium și partenerii/sponsorii evenimentului
Data: Sâmbătă, 12 decembrie 2026, ora 11:00
Locația: Baza Sportivă Partium, Satu Mare
Taxa de participare: 75 RON/concurent

Curajul de a lua startul. Determinarea de a termina. Bucuria de a fi parte din experiență.

CAPITOLUL I. DISPOZIȚII GENERALE

Art. 1 - Organizarea competiției

Winter Race 2026 - Teens Challenge este o competiție sportivă individuală, organizată de CrossGym Satu Mare, în colaborare cu Academia Partium și partenerii/sponsorii evenimentului.

Competiția se desfășoară în data de 12 decembrie 2026, la Baza Sportivă Partium din Satu Mare începând cu ora 11:00.

Art. 2 - Scopul competiției

Winter Race 2026 - Teens Challenge urmărește:

- Promovarea sportului și a unui stil de viață activ și sănătos în rândul copiilor și adolescenților;
- Dezvoltarea condiției fizice, a coordonării și a rezistenței;
- Încurajarea spiritului de competiție, a fair-play-ului, curajului și perseverenței;
- Consolidarea încrederii în sine și a capacității de depășire a propriilor limite;
- Crearea unei experiențe sportive memorabile, într-un cadru sigur, prietenos și motivant.

Art. 3 - Formatul competiției

Competiția se desfășoară individual și presupune parcurgerea unui traseu alcătuit din 5 stații de lucru funcțional și 4 segmente de alergare a câte 350 m fiecare.

Distanța totală de alergare este de 1.400 m.

Traseul se încheie cu stația finală Airsoft Target Challenge, o probă de precizie la țintă.

CAPITOLUL II. CATEGORII ȘI ÎNSCRIERE

Art. 4 - Categorii de vârstă

Competiția se desfășoară în următoarele categorii:

- Categoria 11-13 ani: fete și băieți, clasament comun;
- Categoria 14-16 ani: fete și băieți, clasament comun.

Vârsta participantului se stabilește în funcție de vârsta împlinită la data desfășurării competiției.

Art. 5 - Înscrierea și taxa de participare

1. La competiție se pot înscrie toți copiii și adolescenții care îndeplinesc criteriile de vârstă prevăzute în prezentul regulament.
2. Participarea este individuală.
3. Înscrierea se realizează exclusiv online, prin completarea formularului disponibil pe site-ul oficial www.crossgymsatumare.ro.
4. Taxa de participare este de 75 RON/concurent.

5 Taxa de participare se achită la recepția CrossGym Satu Mare, până cel târziu la data de 5 decembrie 2026.

6 Înscrierea este considerată validă după completarea formularului online și achitarea taxei de participare în termenul stabilit.

7 Participanții minori trebuie să aibă acordul părintelui sau al reprezentantului legal.

8 Prin înscriere, părintele sau reprezentantul legal confirmă faptul că participantul este apt pentru efort fizic și își asumă responsabilitatea privind participarea acestuia.

9 Organizatorul își rezervă dreptul de a solicita informații suplimentare necesare pentru buna desfășurare a competiției.

CAPITOLUL III. DESCRIEREA PROBELOR

Art. 6 - Stația 1: SLED PUSH & PULL

Stația cuprinde două exerciții consecutive, realizate cu aceeași sanie:

- Sled Push: împingerea saniei pe distanța de 30 m;
- Sled Pull: tracțiunea saniei cu ajutorul TRX, pe distanța de 30 m.

Încărcare:

- Băieți: încărcare suplimentară de 30 kg;
- Fete: încărcare suplimentară de 15 kg.

Structura probei:

Concurentul trebuie să efectueze 3 runde, fiecare rundă fiind alcătuită din:

- împingerea saniei pe distanța de 30 m;
- tragerea saniei pe distanța de 30 m.

O rundă este considerată finalizată numai după executarea integrală a ambelor exerciții.

Timp maxim și penalizare:

Timpul maxim alocat acestei stații este de 4 minute.

În cazul în care concurentul nu finalizează toate cele 3 runde în timpul alocat, se aplică o penalizare de 2 minute pentru fiecare rundă nefinalizată.

La expirarea celor 4 minute, proba se oprește, iar concurentul continuă traseul, conform indicațiilor arbitrului.

Rundele începute, dar nefinalizate integral la momentul expirării timpului, sunt considerate runde nefinalizate și se penalizează corespunzător.

După stație, concurentul parcurge segmentul de alergare de 350 m.

Art. 7 - Stația 2: MEDICINE BALL TARGET

Concurentul execută aruncări cu mingea medicinală către o țintă, conform standardului de execuție Wall Ball Shot.

Număr de repetări și greutate:

- Băieți: 30 de repetări cu mingea medicinală de 6 kg;
- Fete: 30 de repetări cu mingea medicinală de 3 kg.

Înălțimea țintei este de 2,60 m.

Execuția exercițiului trebuie să respecte standardele tehnice specifice Wall Ball Shot.

Arbitrul va număra exclusiv repetările executate corect, care respectă standardul de execuție. Repetările incorecte nu vor fi contabilizate.

Timp maxim și penalizare:

Timpul maxim alocat acestei stații este de 4 minute.

În cazul în care concurentul nu reușește să efectueze toate cele 30 de repetări valide în timpul alocat, se aplică o penalizare de 10 secunde pentru fiecare repetare neexecutată.

La expirarea celor 4 minute, proba se oprește, iar concurentul continuă traseul, conform indicațiilor arbitrului.

După stație, concurentul parcurge segmentul de alergare de 350 m.

Art. 8 - Stația 3: CARRY

Concurentul trebuie să transporte echipamentul stabilit pentru categoria sa pe o distanță totală de 80 m, reprezentând 40 m dus și 40 m întors.

Echipament și execuție:

- Băieți: transportul unui Bulgarian Sandbag de 20 kg, în poziția aleasă de concurent;
- Fete: transportul unui Slam Ball de 15 kg, în poziția obligatorie Bear Hug.

Distanța de parcurs este de 40 m dus și 40 m întors, totalizând 80 m.

Timp maxim și penalizare:

Timpul maxim alocat acestei stații este de 4 minute.

În cazul în care concurentul nu finalizează distanța de 80 m în timpul alocat, se aplică o penalizare de 1 minut pentru fiecare interval de 10 m neexecutat.

Distanța rămasă neexecutată, pentru care se calculează penalizarea, va fi măsurată de arbitru folosind lungimea unui pas.

La expirarea celor 4 minute, proba se oprește, iar concurentul continuă traseul, conform indicațiilor arbitrului.

După stație, concurentul parcurge segmentul de alergare de 350 m.

Art. 9 - Stația 4: ECHO BIKE

Concurentul trebuie să atingă numărul de calorii stabilit pentru categoria sa.

Număr de calorii:

- Băieți: 25 de calorii;
- Fete: 20 de calorii.

Timp maxim și penalizare:

Timpul maxim alocat acestei stații este de 4 minute.

În cazul în care concurentul nu atinge numărul de calorii stabilit pentru categoria sa în timpul alocat, se aplică o penalizare de 10 secunde pentru fiecare calorie neefectuată.

La expirarea celor 4 minute, proba se oprește, iar concurentul continuă traseul, conform indicațiilor arbitrului.

După stație, concurentul parcurge segmentul de alergare de 350 m.

Art. 10 - Stația 5: AIRSOFT TARGET CHALLENGE

Stația finală constă într-o probă de tragere de precizie la țintă, utilizând replici airsoft puse la dispoziție de organizator.

Timp maxim și penalizări:

Timpul maxim alocat acestei stații este de 3 minute.

Penalizările aplicabile probei de tragere de precizie vor fi comunicate de organizatori înainte de începerea competiției, în cadrul instructajului privind tragerea cu replicile airsoft.

Înainte de începerea probei, toți participanții vor lua parte la un briefing obligatoriu privind manipularea, utilizarea și regulile de siguranță ale echipamentului airsoft.

Participanții au obligația de a respecta instrucțiunile organizatorului și ale arbitrilor.

Replicile airsoft vor fi utilizate exclusiv în zona desemnată și în conformitate cu regulile stabilite de organizator.

Nerespectarea regulilor de siguranță sau manipularea necorespunzătoare a echipamentului poate conduce la oprirea probei și, după caz, la descalificarea participantului.

Finalizarea acestei stații reprezintă încheierea traseului competițional.

CAPITOLUL IV. DESFĂȘURAREA COMPETIȚIEI

Art. 11 - Ordinea traseului

START → SLED PUSH & PULL → 350 m alergare → MEDICINE BALL TARGET → 350 m alergare → CARRY → 350 m alergare → ECHO BIKE → 350 m alergare → AIRSOFT TARGET CHALLENGE → FINISH

Distanța totală de alergare este de 1.400 m.

Art. 12 - Startul și desfășurarea

1. Participanții vor lua startul individual, în ordinea stabilită de organizator.
2. Intervalul dintre starturi va fi comunicat înainte de competiție.
3. Fiecare concurent trebuie să se prezinte la zona de start cu 15 minute înainte de ora indicată.
4. Neprezentarea la start în intervalul stabilit poate conduce la pierderea dreptului de participare.
5. Fiecare concurent este responsabil pentru parcurgerea traseului în ordinea stabilită și pentru respectarea indicațiilor arbitrilor.

CAPITOLUL V. CLASAMENT, PENALIZĂRI ȘI PREMIERE

Art. 13 - Clasamentul

Clasamentul se întocmește individual, pentru fiecare categorie de vârstă, în funcție de timpul total de parcurgere a traseului, la care se adaugă eventualele penalizări acordate de arbitri.

În fiecare categorie, fetele și băieții vor fi ierarhizați într-un clasament comun.

Timpul final de concurs reprezintă timpul efectiv înregistrat de concurent pentru parcurgerea traseului, la care se adaugă penalizările aplicabile.

Art. 14 - Penalizări

Pot fi aplicate penalizări pentru:

- Executarea incorectă a exercițiilor - NO REP;
- Nerespectarea distanțelor sau a criteriilor tehnice;
- Neexecutarea numărului de repetări sau a segmentelor de probă;
- Nerespectarea indicațiilor arbitrilor;
- Comportament nesportiv sau obstrucționarea altor participanți.

Penalizările specifice fiecărei stații sunt prevăzute în Capitolul III al prezentului regulament.

Penalizările aplicabile probei Airsoft Target Challenge și modalitatea de aplicare vor fi comunicate de organizator înainte de competiție, în cadrul instructajului specific.

Art. 15 - Descalificarea

Un participant poate fi descalificat în următoarele situații:

- Încălcarea gravă sau repetată a regulamentului;
- Nerespectarea regulilor de siguranță;
- Comportament nesportiv;
- Punerea în pericol a propriei persoane, a altor participanți sau a personalului;

- Refuzul repetat de a respecta indicațiile arbitrilor;
- Abandonarea intenționată a traseului sau încălcarea deliberată a regulilor competiției.

Decizia de descalificare este luată de organizator, în urma consultării arbitrilor.

Art. 16 - Premiere

Se vor acorda medalii de aur, argint, bronz și produse pentru locurile I, II și III în fiecare categorie de vârstă.

Toți participanții care finalizează în mod valid întregul traseu competițional vor primi medalia Finisher Winter Race 2026, indiferent de timpul obținut sau de poziția în clasament.

CAPITOLUL VI. SIGURANȚĂ ȘI CONDUITĂ

Art. 17 - Reguli de siguranță

1. Siguranța participanților reprezintă o prioritate absolută.
2. Participanții au obligația de a respecta instrucțiunile organizatorilor și arbitrilor.
3. Echipamentele sportive vor fi utilizate exclusiv conform indicațiilor primite.
4. Orice stare de disconfort, accidentare sau problemă medicală trebuie comunicată imediat organizatorului.
5. Organizatorul își rezervă dreptul de a opri participarea unui concurent în cazul în care există riscuri pentru sănătatea sau siguranța acestuia.
6. Participarea la briefingul de siguranță pentru proba Airsoft Target Challenge este obligatorie.

Art. 18 - Fair-play și comportament

Participanții trebuie:

- Să respecte ceilalți concurenți, arbitrii și organizatorii;
- Să manifeste fair-play și spirit sportiv;
- Să nu obstrucționeze sau să împiedice alți participanți;
- Să utilizeze un limbaj și un comportament adecvat;
- Să respecte spațiul, echipamentele și baza sportivă în care se desfășoară competiția.

Organizatorul urmărește asigurarea unui climat pozitiv, prietenos și sigur pentru toți participanții.

CAPITOLUL VII. DISPOZIȚII FINALE

Art. 19 - Responsabilitatea participanților și a părinților

Prin înscrierea la competiție, participanții și părinții sau reprezentanții legali declară că au luat la cunoștință prevederile prezentului regulament și se obligă să le respecte.

Părinții sau reprezentanții legali au responsabilitatea de a informa organizatorul cu privire la orice situație care ar putea influența participarea în condiții de siguranță a minorului.

Art. 20 - Modificări ale regulamentului

Organizatorul își rezervă dreptul de a adapta anumite prevederi tehnice sau logistice ale competiției, în funcție de condițiile de desfășurare, necesitățile organizatorice și cerințele de siguranță.

Orice modificare relevantă va fi comunicată participanților înainte de începerea competiției.

Art. 21 - Situații neprevăzute

Situațiile neprevăzute în prezentul regulament vor fi soluționate de organizator, împreună cu arbitrii competiției.

Deciziile organizatorului privind aplicarea regulamentului și desfășurarea competiției sunt definitive.

WINTER RACE 2026 - TEENS CHALLENGE

Curajul de a lua startul.
Determinarea de a termina.
Bucuria de a fi parte din experiență.

CrossGym Satu Mare
Academia Partium
Partenerii și sponsorii evenimentului